อมรา พัฒุมเดช





อนุสรณ์งานฌาปนกิจศพ
คุณแม่อมรา พันธุมวนิช

ณ วัดธาตุทอง

๒๒ พฤศจิกายน ๒๕๓๒



คุณแม่อมรา พันธุมวนิช

ชาตะ ๘ มิถุนายน ๒๔๕๘

มตะ ๒๕ สิงหาคม ๒๕๓๒

ประวัติ

คุณแม่อมรา พันธุมวนิช

คุณแม่อมรา พันธุมวนิช เกิดเมื่อวันที่ ๘ มิถุนายน ๒๔๕๘ เป็นธิดาของนายสือ แซ่อึ้ง และนางคิ้ม แซ่คู ในช่วงปฐมวัย ได้อาศัยอยู่ที่บริเวณเสาชิงช้า กรุงเทพมหานครฯ และได้จบการศึกษาเล่าเรียนจาก โรงเรียนเบญจมราชูทิต ด้วยผลการเรียนที่ดีเด่น

คุณแม่อมรา พันธุมวนิช ได้สมรสกับ คุณพ่อเธียร พันธุมวนิช และได้ย้ายมาพำนักและทำการค้าที่บริเวณตลาดเก่า ถนนเยาวราช กรุงเทพ-มหานครฯ มีบุตรธิดา ๖ คน คือ

๑. นางกานดา วงศ์ไพศาล
สมรสกับ นายสุจินต์ วงศ์ไพศาล
๒. แม่ชีญาณี พันธุมวนิช
๓. นายอภิชาติ พันธุมวนิช
สมรสกับ นางสมคิดวดี แสงชัย
๔. รองศาสตราจารย์ทันตแพทย์ประทีป พันธุมวนิช
สมรสกับ ทันตแพทย์หญิงเนื้อทิพย์ แสงกล้า
๕. นางสาวผ่องศรี พันธุมวนิช
๖. ดร.ธีระ พันธุมวนิช
สมรสกับ นางสุภาวดี อัศวาณิชย์

มีหลานยาย ๓ คน หลานย่า ๗ คน และเหลน ๔ คน

คุณแม่อมรา พันธุมวนิช ได้เลี้ยงดูและอบรมบุตรธิดา ด้วยความรัก ความห่วงใย เอาใจใส่ และให้การศึกษาเล่าเรียน มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ ในช่วงปัจฉิมวัย เมื่อคุณพ่อเธียร พันธุมวนิช ได้จากไป คุณแม่อมรา

พันธุมวนิช จึงได้มาพักอยู่กับบุตรและธิดาคนเล็กที่บางจาก พระโขนง กรุงเทพมหานครฯ

คุณแม่อมรา พันธุมวนิช ได้ใช้ชีวิตในบั้นปลายด้วยความสันโดษ และมีน้ำใจเผื่อแผ่แก่ผู้ยาก เป็นผู้มีใจบุญ มีเมตตากรุณา ได้ศึกษาธรรมอย่างสม่ำเสมอ โดยได้ไปปฏิบัติธรรม ฟังธรรมเทศนาทุกวันธรรมสวนะ ที่วัดกันมาตุยาราม ถนนเยาวราช และวัดมหาธาตุยุวราชรังสฤษดิ์ ท่าพระจันทร์ นอกจากนี้ ในบางโอกาสยังได้เดินทางไปทำบุญกับพระอาจารย์ในวัดป่าจังหวัดต่างๆ รวมทั้งได้เดินทางไปแสวงบุญถึงถิ่นกำเนิดของพระพุทธศาสนาในประเทศอินเดีย และศรีลังกาด้วย

ในช่วง ๒-๓ ปีสุดท้ายของชีวิต คุณแม่อมรา พันธุมวนิช ได้มีจิตศรัทธาเป็นพิเศษ โดยได้ทำการทอดกฐินที่วัดกันมาตุยาราม ทั้งด้วยตนเอง และรวบรวมจากลูก หลาน และญาติมิตร อย่างต่อเนื่อง และในเดือนกรกฎาคม ๒๕๓๒ นี้ ยังได้สร้างพระพุทธรูปบูชาขนาดใหญ่ ถวายไปประดิษฐานที่วัดป่าแก้ว ตำบลค้อใต้ อำเภอสว่างแดนดิน จังหวัดสกลนคร

คุณแม่อมรา พันธุมวนิช มีโรคประจำตัว คือ โรคความดันโลหิตสูง โรคเบาหวาน และโรคไขข้ออักเสบ แต่ก็ได้ทำการรักษาเป็นประจำ และดูแลสุขภาพอย่างสม่ำเสมอ จนกระทั่ง เมื่อเดือนสิงหาคม ๒๕๓๒ ได้เริ่มป่วยด้วยอาการไอและหอบ ทำให้เหนื่อยมาก และต่อมา ได้มีโรคปอดบวมแทรก เป็นเหตุให้ร่างกายอ่อนเพลีย จึงได้เข้ารับการรักษาตัวที่โรงพยาบาลสมิติเวช เมื่อวันที่ ๒๐ สิงหาคม จนกระทั่งถึงแก่กรรมอย่างสงบ เมื่อวันที่ ๒๕ สิงหาคม ๒๕๓๒ เวลาประมาณ ๑๔.๔๕ นาฬิกา รวมศิริอายุได้ ๗๔ ปี





คุณแม่ในต่างแดน



บุตร-ธิดา

บุตร-ธิดา-เขย-สะใภ้





บุตร-ธิดา และญาติ

หลานและเหลน



ขอบพระคุณ

บุตร-ธิดาทุกคน ขอกราบขอบพระคุณท่านที่เคารพ ญาติและมิตรทุกท่านที่ได้กรุณาสละเวลา ให้เกียรติมาในพิธีสวดพระอภิธรรม รับเป็นเจ้าภาพ ร่วมทำบุญบำเพ็ญกุศล นำพวงหรีดและดอกไม้มาเคารพศพ ตลอดจนให้เกียรติมาในงานฌาปนกิจศพ คุณแม่อมรา พันธุมวนิช ด้วยความซาบซึ้งและตื้นตันใจอย่างยิ่ง

บุตร-ธิดาของคุณแม่อมรา พันธุมวนิช รู้สึกซาบซึ้ง ในความกรุณาของ ดร.แพทย์หญิงอมรา มลิลา ที่ได้กรุณามอบบทความธรรม และช่วยเหลือในการจัดพิมพ์หนังสืออนุสรณ์เล่มนี้มาโดยตลอด นอกจากนี้ ในระหว่างที่คุณแม่อมรา พันธุมวนิช ได้ป่วยอยู่ ก็ได้รับความกรุณาจาก ดร.แพทย์หญิงอมรา มลิลา และรองศาสตราจารย์แพทย์หญิงนฤมล เจริญชอบ ที่ได้ให้คำแนะนำในการรักษาพยาบาลอย่างดียิ่ง

หากมีสิ่งใดขาดตกบกพร่อง ด้วยประการใดๆก็ดี ขอได้โปรดประทานอภัยให้ด้วย

เจ้าภาพ

วันนี้ไม่มี "แม่"

เมื่อตอนที่ลูกยังเล็กอยู่นั้น นอกจากคุณแม่จะเลี้ยงดูลูกแล้ว ยังต้องช่วยคุณพ่อในงานกิจการค้าขายด้วย แต่คุณแม่ก็ได้จัดสรรเวลาให้ลูกๆอย่างเหมาะสม คุณแม่ได้เน้นเรื่องการศึกษาของลูก โดยการสนับสนุน ส่งเสริมให้ลูกได้รับการศึกษาเล่าเรียนในโรงเรียนที่มีชื่อเสียง และให้กำลังใจทุ่มเททุกอย่าง ให้ลูกได้เรียนในระดับอุดมศึกษาให้มากที่สุดเท่าที่จะทำได้ คุณแม่เคยเล่าให้ลูกฟังว่า ในสมัยของท่าน เด็กผู้หญิงมักไม่ได้รับการสนับสนุนให้ศึกษามากนัก ท่านก็เป็นผู้หนึ่งที่ไม่ได้โอกาสนี้ ท่านจึงมีแรงบันดาลใจที่ต้องการสนับสนุนให้ลูกทุกคน ไม่ว่าชายหรือหญิง ได้มีโอกาสศึกษาเล่าเรียนอย่างเต็มที่ ซึ่งเป็นความภาคภูมิใจของท่าน และนับได้ว่าเป็นความโชคดีของลูกด้วย

คุณแม่ได้เป็นร่มโพธิ์ร่มไทรของลูก และยังได้ช่วยเลี้ยงหลานทุกคน ไม่ว่าจะเป็นหลานยายหรือหลานย่า ด้วยความทะนุถนอมห่วงใย คุณแม่เป็นที่เคารพ รัก และเป็นสัญลักษณ์ของคนแก่ที่ใจดีของหลานทุกๆคน โดยเฉพาะเมื่อคุณพ่อได้สิ้นบุญแล้ว คุณแม่ก็เป็นศูนย์กลางให้ลูก หลานและเหลนได้มาพบปะกันอย่างสม่ำเสมอทุกวันเสาร์ ในโอกาสนี้คุณแม่จะคอยดูแลประกอบอาหารโปรดของลูกแต่ละคน ให้ลูกได้เอร็ดอร่อยกันอย่างถ้วนหน้า แม้ในระยะหลังที่คุณแม่อายุมากขึ้น และไม่คล่องตัวในการประกอบอาหารด้วยตนเอง คุณแม่ก็ยังคอยสนใจ กำกับให้แม่ครัวทำอาหารให้มีจานโปรดของลูกอยู่เสมอ นับเป็นความเอาใจใส่ของคุณแม่ที่มีต่อลูกอย่างต่อเนื่อง มิรู้จบ

คุณแม่จะคอยเป็นห่วงเป็นใยกับลูกทุกคน ไม่ว่าลูกคนไหนจะเดินทางไปต่างจังหวัด หรือต่างประเทศ คุณแม่จะต้องเตือนให้นำพระติดตัว

ไปด้วย และสอนให้สวดมนต์ในระหว่างเดินทาง เพื่อความปลอดภัยและสิริมงคล ตลอดจนความสำเร็จของการเดินทางทุกๆเที่ยว นอกจากนี้ เมื่อลูกบางคนได้ไปทำงานในต่างประเทศ คุณแม่ก็จะต้องหาเวลาและโอกาสไปเยี่ยมสักระยะเวลาหนึ่ง ซึ่งให้ความอบอุ่นและเป็นกำลังใจอันสูงส่งสำหรับลูก

คุณแม่เป็นพุทธศาสนิกชนที่มีความเชื่อมั่นในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ โดยสวดมนต์ ไหว้พระ ฟังเทศน์ และอ่านหนังสือธรรมเป็นประจำ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง *บทความธรรมของแพทย์หญิงอมรา มลิลา* คุณแม่ชอบมากเป็นพิเศษ และคอยส่งต่อให้ลูกได้อ่านทุกคน โดยบอกว่าเป็นหนังสือธรรมที่อ่านเข้าใจง่าย และสามารถนำไปสู่การปฏิบัติได้ คุณแม่จึงเปรียบเสมือนแม่พระของลูก คอยชี้นำธรรมพาลูกไปสู่วิถีชีวิตที่ดีกว่า และเป็นแบบอย่างที่ดี โน้มน้าวจิตใจของลูกให้ใฝ่หาธรรม และประพฤติตนเป็นพุทธมามกะที่ดีต่อไป

ในทางโลก คุณแม่สนใจติดตามข่าวสารบ้านเมืองอยู่เสมอ แม้กระทั่งในวัยชรา ทุกเช้าคุณแม่จะพักผ่อนด้วยการอ่านหนังสือพิมพ์ เป็นเวลานานๆ บ่อยครั้งที่ลูกๆต้องสอบถามเหตุการณ์ประจำวันจากท่าน ซึ่งคุณแม่จะให้ข้อมูลอย่างชัดเจน พร้อมทั้งแสดงความคิดเห็น จากแง่คิดของผู้สูงอายุ ซึ่งผิดแปลกไปจากคนรุ่นหลัง

ยามที่ลูกๆมีปัญหา คุณแม่เปรียบเสมือนเสาหลักที่พึ่งพิง ทุกครั้งที่ลูกคนใดมีเรื่องร้อนใจ ก็จะเวียนไปปรับทุกข์กับท่าน คุณแม่จะตั้งใจฟังอย่างเห็นอกเห็นใจ ทำให้ทุกข์นั้นคลายลง ยามใดที่ลูกมีความสุข คุณแม่จะยิ้มแย้ม ยินดีด้วยเป็นกำลังใจแก่ลูกทุกเวลา

โดยปกติ คุณแม่จะคอยดูแลรักษาสุขภาพของตนเองอยู่เสมอ แม้ว่าคุณแม่จะมีโรคประจำตัวบ้าง แต่ก็แข็งแรงดีมาโดยตลอด เมื่อคุณแม่เข้าโรงพยาบาลครั้งแรกในเดือนกรกฎาคม ๒๕๓๒ ลูกยังเข้าใจว่าเป็น

การพักผ่อนและตรวจร่างกายเท่านั้น ต่อมา เมื่อคุณแม่มีอาการไม่ดีขึ้น และต้องเข้ารักษาตัวที่โรงพยาบาลครั้งต่อๆมา คุณแม่ยังมีกำลังใจที่ดี ทุกครั้งที่ลูกมาเยี่ยม คุณแม่จะคอยบอกให้กลับไปทำงาน ไม่ต้องเป็นห่วง และว่าไม่เป็นอะไรมาก จวบจนกระทั่งคุณแม่อ่อนเพลียมาก ต้องใช้เครื่องช่วยหายใจอยู่หลายวัน จนในที่สุดคุณแม่ก็ได้จากลูกไปอย่างสงบ เมื่อวันที่ ๒๕ สิงหาคม ๒๕๓๒ ซึ่งเป็นสิ่งที่ลูกคาดไม่ถึงว่าจะรวดเร็วมาก ไม่ได้เตรียมใจไว้ก่อน และยังไม่มีโอกาสได้ปรนนิบัติคุณแม่เท่าที่ควร ทำให้ลูกอาลัยถึงคุณแม่อย่างที่สุด

ทุกครั้งที่ลูกเดินเข้าไปในบ้าน หวลคิด เห็นคุณแม่นั่งอยู่บนเก้าอี้ไม้ หรือนอนพักผ่อน หลับตาอยู่บนตั่ง คุณแม่เคยยิ้มรับเสมอ เมื่อลูกเดินเข้าไปหา

แต่วันนี้ไม่มี “แม่” อีกแล้ว

ลูกมีความเชื่อมั่นว่า ด้วยกุศลผลบุญที่คุณแม่ได้สร้างสมมาชั่วชีวิต จะนำให้คุณแม่อันเป็นที่รักและเคารพยิ่งของลูก ไปสู่สรวงสวรรค์ ชั่วนิรันดร์

จากลูก



ขอกราบขอบพระคุณทุกท่านที่มาร่วมในงานสวดพระอภิธรรม ร่วมทำบุญและส่งหรีดมาเคารพศพ

รายนามผู้ส่งพวงหรีด

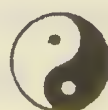
๑. ดร.เสนาะ-ท.ญ.นงนุช อูนากูล
๒. แผนกทันตกรรม ร.พ.เมโย
๓. ครอบครัว แสงชัย
๔. D.T.M. CLUB
๕. แผนกธุรการ บ.ดาต้าแมท จ.ก.
๖. มูลนิธิสถาบันวิจัยเพื่อการพัฒนาแห่งประเทศไทย
๗. บริษัท ดาต้าแมท จำกัด
๘. แผนกบุคคล บ.ดาต้าแมท จ.ก.
๙. ฝ่ายทันตกรรม ร.พ.ธนบุรี
๑๐. พระครูสุธีวรสาร
๑๑. ครอบครัว ลิ่วเจริญ
๑๒. ทันตแพทย์รุ่น ๒๓
๑๓. สมภพ-ท.ญ.อัมพุช อินทรประสงค์
๑๔. อรพินท์ สพโชคชัย
๑๕. มนู-อรนพ อรดีดลเชษฐ
๑๖. MR. K. MOMOSE
๑๗. MD OFFICE & MSD บ.ดาต้าแมท จ.ก.
๑๘. กรมแรงงาน
๑๙. แผนก SA บ.ดาต้าแมท จ.ก.
๒๐. MR. & MRS. T. NAKAMURA
๒๑. ดร.ไพจิตร-กิ่งแก้ว เอื้อทวีกุล
๒๒. คณะทันตแพทย์ศาสตร์ จุฬาฯ
๒๓. LOUIS T. LEONOWENS (THAILAND) LTD.-OFFICE FURNITURE DIVISION
๒๔. ฝ่ายอุตสาหกรรมและการค้าฯ TDRI

๒๕. WARREN & LINDA
๒๖. ปิติพร-วัฒนพร พึ่งบุญ ณ อยุธยา
๒๗. สถาบันความปลอดภัยในการทำงาน (NICE)
๒๘. บ.โรงงานผ้าไทย จ.ก. (บุญนำ บุญนำทรัพย์)
๒๙. ยอดยิ่ง เอื้อวัฒนสกุล และภรรยา
๓๐. ฝ่ายช่าง บ.ดาต้าแมท จ.ก.
๓๑. แผนกการศึกษา บ.ดาต้าแมท จ.ก.
๓๒. ร.พ.เมโย
๓๓. บัณฑร-ปทุมา ลิ้วประเสริฐ
๓๔. ตั้งจิ้งเตี้ย
๓๕. จั๊กลิบ ตรีทิพย์รัตน์
๓๖. ดร.สุรควง-ดร.อัจฉรา อัศวาณิชย์
๓๗. บงล.เงินทุนสากล จำกัด
๓๘. ILO-SAC
๓๙. PENGBOO & LIKIAN
๔๐. ณรงค์ สุทธิกุลพานิช และครอบครัว
๔๑. วิกฤษณ์-กรพินท์ สีตกะลิน
๔๒. ประมาณ-อำพันศรี ชันซื่อ
๔๓. ณรงค์-วิไล กลิ่นกุสุม
๔๔. กัปตัน ศุภโชค-พรทิพย์ สุทธิโชค
๔๕. วารุณี-ประกอบ สุสิกขโกศล
๔๖. ครอบครัว ธเนศวรกุล
๔๗. อรวรรณ-ชัยยุทธ ปิลันธน์โอวาท
๔๘. พ.ต.ท.อนุชิต-ทมยันตี โปษยานนท์
๔๙. ธ.เอเชีย สาขาบรรทัดทอง
๕๐. ธนสาร-จิราภรณ์ อัมพะเดมีย์
๕๑. ชัยยันต์-สุวิมล โปษยานนท์
๕๒. สิทธิพร-กอบกาญจน์ ทองประสม
๕๓. สำนักงานศัลยกรรมหัวใจ ร.พ.ราชวิถี

๕๔. เนตรชนก ทังสุพานิช
๕๕. กลุ่มลำพระเพลิง
๕๖. ENERGY-TDRI
๕๗. บ.ดิจิทัล อิมฟอร์เมชั่น เอสโซซิเอดส์ จ.ก.
๕๘. สมชาย-เสาวลักษณ์ เลิศบรรณพงษ์
๕๙. ปริญญา นุตาลัย
๖๐. ดร.โฆษะ อารียา
๖๑. บงล.ร่วมเสริมกิจ จ.ก.
๖๒. บ.ดีไซน์คอนซัลเทนท์ จ.ก.
๖๓. ปนัดดา (ร้านหมู)
๖๔. เพื่อนอี๊ด เซ็นต์ฟรัง ๐๑
๖๕. เอกชัย-สุธิดา เกียรติชัยพานิช
๖๖. เพื่อนสุ
๖๗. ภาควิชาพยาธิวิทยา จุฬาฯ
๖๘. บริษัท "ทิค" จำกัด
๖๙. โอ๋-อ้อ-โอม-อ๊ึด
๗๐. วีรวุฒิ-สุมนทิพย์ โอตระกูล
๗๑. ปรีชา ธีรสวัสดิ์-ไพรัช ลดาลาวัลย์-สุวิทย์ ลีละเดชากุล-อารยะ อินทราพันธุ์
๗๒. หมู่บ้านภัทรนิเวศน์
๗๓. ร.อ.ขจิต-พนิดา หัพนานนท์
๗๔. กองทันตสาธารณสุข สำนักงานเอกมัย กรุงเทพมหานคร
๗๕. สุทธิพันธุ์-ภัสสรา จารุมณี
๗๖. ทรัพยากรมนุษย์-TDRI
๗๗. วิศวฯ จุฬาฯ ๐๗
๗๘. ปัทมาฟาร์ม
๗๙. นิรันดร์-สุทธี ชโยดม
๘๐. น.พ.สุรพงษ์-วารุณี มาศรัวสรรค์
๘๑. อุไร สินธุเสก และลูกๆ
๘๒. ชาลี-ม.ร.ว.สะไบทิพย์ หังสสูต

๘๓. บ.ดีไซน์คอนซัลเทนท์ จ.ก.
๘๔. บริษัท น้ำมันพืชไทย จำกัด
๘๕. บ.คอนโทรล ดาต้า (ประเทศไทย) จ.ก.
๘๖. ดร.วีรพงษ์-ลดาวัลย์ รามางกูร
๘๗. แผนกบัญชี บ.ดาต้าแมท จ.ก.
๘๘. DENTAL-C (ICC)
๘๙. บริษัท ดีทีเอ็ม อุตสาหกรรม จำกัด
๙๐. น.พ.เกษม-เครือวัลย์ ศิริกลการ
๙๑. น.พ.บุญเสริม-ลักษณา เจียมปรีชา
๙๒. ภาควิชาทันตกรรมประดิษฐ์ จุฬาฯ
๙๓. แผนกพัฒนาระบบงานธนาคาร บ.ดาต้าแมท จ.ก.
๙๔. บ.ด้ายและอวนไทย จ.ก.
๙๕. DAVID O'CONNOR
๙๖. สมนึก เอี่ยมสอาด
๙๗. ถาวร แจ้งอรุณ และครอบครัว
๙๘. จิรวัฒน์-พัชริน ลิ้วประเสริฐ
๙๙. สมาคมอนุรักษ์ศิลปกรรมและสิ่งแวดล้อม
๑๐๐. พลากร-ทัศนียา สุวรรณรัฐ
๑๐๑. ฝ่ายการตลาด บ.ดาต้าแมท จ.ก.
๑๐๒. ภาควิชาสรีรวิทยา คณะทันตแพทย์ศาสตร์ จุฬาฯ
๑๐๓. อัสสัมชัญ ๐๕
๑๐๔. บล.แอ็ดคินซัน จ.ก.
๑๐๕. บ.เลี่ยงตั๊กเชียง จ.ก.
๑๐๖. บ.โกลเด้นเพลซ จ.ก.
๑๐๗. ภาควิชาทันตกรรมหัตถการ จุฬาฯ
๑๐๘. ประพันธ์-วรรณา เบ็ญญาสาร
๑๐๙. บ.เอเซียคลังสินค้า จ.ก.
๑๑๐. กองทันตสาธารณสุข
๑๑๑. เพ็ญศรี-สมหมาย ทันตแพทย์

๑๑๒. บ.แอ็ดคอนซัลแท้นส์ จ.ก.
๑๑๓. บ.กิจนิมิตร จ.ก.
๑๑๔. บ.เรียลเอสเตทเซ็นเตอร์ จ.ก.
๑๑๕. บ.นิมิตรสีลม จ.ก.
๑๑๖. สถาบันทันตกรรม
๑๑๗. สิงห์หาญ โกมารทัต
๑๑๘. อังคณา-ชลัท ศิวรักษ์
๑๑๙. ภาควิชากายวิภาคศาสตร์ คณะทันตแพทย์ จุฬาฯ
๑๒๐. พิศิษฐ-ฉัตรทอง เปี่ยมปิติ
๑๒๑. รดยา จันทรเทียร
๑๒๒. HARVARD INSTITUTE FOR INTERNATIONAL DEVELOPMENT (HIID)
๑๒๓. TDRI-WID PROJECT
๑๒๔. ภาควิชาศัลยศาสตร์ ทันตแพทย์ จุฬาฯ
๑๒๕. ฝ่ายทรัพยากรธรรมชาติและสิ่งแวดล้อม
๑๒๖. คลีนิคส่งเสริมทันตสุขภาพ
๑๒๗. มังกร-กานดา-ฤดี-ปรีชา
๑๒๘. C.NORIEL
๑๒๙. ARD PROGRAM-TDRI
๑๓๐. ปรมาภรณ์-อนุรา ไกรฤกษ์
๑๓๑. ดร.สันต์-ทรงลักษณ์ รัชฎาวงศ์
๑๓๒. สโมสรอาจารย์จุฬาฯ
๑๓๓. บ.คาร์ฟี่ (ประเทศไทย) จ.ก.
๑๓๔. ภาควิชารังสีวิทยา คณะทันตแพทย์ศาสตร์ จุฬาฯ
๑๓๕. บ.ซาฟารีเวิลด์ จ.ก.
๑๓๖. ภาควิชาทันตกรรมบดเคี้ยว
๑๓๗. ภุชฌงค์-ถนิมพงษ์ วงศ์วสุ
๑๓๘. มูลนิธิหมอชาวบ้าน
๑๓๙. อสช. ม.๖ ก.๒๔๙๘
๑๔๐. เพื่อนๆ สาลี่ บริษัท ยางสยาม จำกัด



โอวาท

ของ

ท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน

โอวาทของท่านอาจารย์พระมหาบัว ญาณสัมปันโน

จากหนังสือที่ระลึกเนื่องในโอกาสเปิดป้ายสำนักงานยุวพุทธิกสมาคม
จังหวัดอุดรธานี ในพระบรมราชูปถัมภ์
ณ วัดโพธิสมภรณ์ อ.เมือง จ.อุดรธานี เมื่อวันที่ ๒๘ กันยายน ๒๕๓๑

หลักแห่งความอยู่เย็นเป็นสุขของมนุษย์เราก็คือหลักธรรม ใครมีหลักธรรม ใครมีธรรรมเป็นหลักใจ ผู้นั้นก็มีหลักความประพฤติ มีหลักเป็นที่อยู่ที่ไป ที่ประกอบหน้าที่การงาน ตลอดความประพฤติในด้านต่างๆ

ถ้ามีหลักธรรมเป็นหลักใจ ความประพฤติไม่เหลวไหล หน้าที่การงานก็ดีมีเหตุผลเป็นเครื่องรับรอง เป็นเครื่องยืนยันได้ว่า งานนี้เป็นงานดีชอบธรรมที่เกิดประโยชน์แก่ตนและส่วนรวม ไม่ใช่งานฉิบหายวายป่วงทั้งตนและผู้อื่น

ผู้มีธรรมเป็นหลักใจย่อมเป็นผู้สะอาดทั้งตนและหน้าที่การงาน ผลของงานก็ชุ่มเย็นแผ่กระจายไปอย่างกว้างขวางตามอำนาจหน้าที่ของผู้มีธรรมในใจ มีธรรมเป็นหลักใจ

ผู้มีธรรมย่อมคำนึงถึงเหตุถึงผล คือความผิดถูกดีชั่วอยู่เสมอ คนไม่คำนึงถึงความผิดถูกดีชั่ว ประพฤติตามอำเภอใจ ซึ่งเต็มไปด้วยความอยากความทะเยอทะยาน หาความพอดีและความสงบไม่ได้นั้น จะเป็นผู้เหลวแหลกแหวกแนวตลอดไปจนกระทั่งวันตายก็แก้ตัวไม่ได้ เพราะไม่สนใจจะแก้ตัวเอง

คนประเภทนี้เป็นคนหลักลอย หาที่ยึดที่เกาะไม่ได้ทั้งเป็นอยู่และตายไปราวกับขอนซุงลอยตามน้ำนั้นแลไม่มีความหมายอันใดในตัวเลย ดังนั้นหลักธรรมจึงเป็นสิ่งสำคัญที่ควรนำมาเป็นหลักใจของชาวพุทธเรา



พระธรรมเทศนา

ของ

หลวงปู่บุญจันทร์ กมโล

ดวงตาธรรม

หลวงปู่บุญจันทร์ กมโล

เทศน์ ณ วัดป่าสันติกาวาส วันที่ ๒๑ มีนาคม ๒๕๓๐

ความจริงมันเป็นมรรคภายใน ใจของเราก็ให้รู้ ให้เป็น มันสงบ ให้รู้จริง เมื่อเวลาจิตใจของเรามันสงบแล้ว พิจารณากาย มันก็รู้กายเห็นกาย เมื่อเวลาพิจารณากาย มันก็เห็นกาย แล้วมันก็เห็นใจ เรื่องของใจมันเป็นของที่บริสุทธิ์ หรือไม่บริสุทธิ์ เราก็พยายามขัดเกลาเรื่องของใจ ให้มันขาว ให้มันสะอาด ให้มันมีรัศมีพุ่งออกมา หรือพุ่งอยู่ภายใน แจ้งสว่างอยู่ภายในจิตใจ ถ้าใจของเรามันบริสุทธิ์กันจริงๆ มันแจ้ง มันสว่าง มันใสอยู่อย่างนั้น นี่เรามองแล้วมองเล่า มันก็ไม่มีความแจ้ง ไม่มีความสว่างเสียเลย มืดมิดติดตาอยู่อย่างนั้น เพราะว่าเราทำไม่ให้แจ้ง ทำไม่ให้สว่าง เนื่องจากเราเป็นผู้ทำไม่จริงนั่นเอง

ส่วนความเห็นของปุถุชน มันเห็นไปอีกแง่หนึ่ง อ้าวถ้าดี ถ้ารู้ ให้เหาะให้ดูอย่างนั้นอย่างนี้ นี่เป็นความเห็นของปุถุชน เป็นความเห็นของคนกิเลสหนาปัญญาหยาบ

ผู้ที่จะไปเหาะหรือไปทำให้ดูนั้น ใครจะไปทำให้คนดูได้ มันเป็นของที่มีคุณค่า ใครจะไปอวดอ้างอีกนัยหนึ่ง พระพุทธเจ้าก็ตรัสห้ามไว้ว่า ถ้าใครอวดอุตริมนุษยธรรม คือธรรมอันยิ่งไม่มีในตัวเป็นอาบัติปาราชิก หรือมีจริงก็เป็นอาบัติทุกกฎ ใครจะไปอวดใครจะไปอ้าง เห็นแต่เป็นโสเภณีนั่นแหละ ไปอวดอ้างกัน คนโน้นดัง คนนี้ดัง อ้าว ชื่อเสียงโด่งดัง มีแต่เขาจะเอาไปลงหนังสือพิมพ์ พิมพ์ออกมาขาย ขายเอาเงิน

หลวงพ่อนั้น หลวงพ่อนี้ดัง หลวงพ่อนั้นดีอย่างนี้อย่างนั้น แต่ของจริงก็มี ของปลอมก็มี แต่หนังสือพิมพ์เขาชอบไปดักเอา ไปถ่ายเอารูปก็มี เพื่อหาเลี้ยงชีพของตน ถ้ามีงานที่ไหน ไปแล้วพวกหนังสือพิมพ์กล้องห้อยคอเป็นพวงไปเลย เห็นท่านองค์ใดแก่ๆก็ขอถ่ายหรืออีกนัยหนึ่ง ก็ดักถ่ายเอาเลยนะ เป็นอย่างนี้สังเกตดูก็ได้ เช่น ตัวอย่าง งานในศรีสะเกษนี่ก็มีอยู่เหมือนกัน งานต่อไป หลวงปู่หินหมากเป้ง นี่ก็อาจจะมีได้เหมือนกัน มีทั้งของจริง มีทั้งของปลอมแอบแฝงเข้าไป

นี่พวกเราอยากเป็นกันจริงๆ ก็ตั้งใจปฏิบัติจริงตั้งสติให้มันจริง ให้เป็นสติสัมปชัญญะอยู่ตลอด อย่าทำให้มันเป็นหมัน ถ้าจิตใจมันเป็นหมัน มันไม่เป็น มันเคย

ตัวแล้ว มันไม่เป็น แต่ความเชื่อไม่มี จนไม่มีความเชื่อ ความเลื่อมใสเลย มันเสื่อมนะ เรื่องของจิตใจมันเสื่อม ศรัทธาความเชื่อไม่มี เพียงแต่ว่าทำเท่านั้น มันไม่กล้า

ชอบอยากจะถาม ทำอย่างไรจึงจะเป็น จึงจะรู้ อยากจะรู้อยากจะเป็นก็อยู่ที่ตัวของเราเอง ถ้าเราทำจริงปฏิบัติจริงแล้ว มันก็เป็นก็รู้เองนี่ เพราะเหตุนั้น ท่านจึงให้มีคำบริกรรม เพื่อผูกมัดจิตใจของตนไม่ให้ปรุงไปคิดในเรื่องอื่น เอาจนจิตใจของเรามันลงได้ ใจของเรามันรวมลงได้ ความรู้ความเห็นให้ลงไปประชุมกัน เป็นอันเดียวกัน ท่านจึงเรียกว่า ความรู้และความเห็นประชุมเป็นดวงตาธรรม

ถ้าความรู้ความเห็นลงประชุมกันแล้ว มันจะเห็นอยู่ที่ตรงนั้น ถ้าเรามันยังไม่ลงแล้วมันก็ไม่เห็น ถ้ามันไม่รวมลงเป็นอันเดียวกัน ไม่รู้ทั้งนั้น

จะให้ใครบังคับเรา เราต้องเป็นผู้บังคับเอาเอง จะให้คนอื่นบังคับมันไม่ได้ มันไม่พอใจ เราเป็นผู้บังคับตนเอง *ถ้าเราบังคับตนเองได้* นั่นแหละ *เราจะรู้ เราจะเห็น* ถ้าบังคับตัวไม่ได้ มันก็ไม่รู้ มันก็ไม่เห็น แต่ว่าเป็นของที่เปิดเผยและเป็นของที่ลี้ลับ ธัมมะคำสั่งสอน

ของพระพุทธเจ้าทั้งเป็นของเปิดเผย ทั้งเป็นของลี้ลับ ถ้าเป็นคนฉลาด เป็นผู้มีปัญญา ก็อยู่ที่เปิดเผย ถ้าคนไม่ฉลาด คนไม่มีปัญญาแล้ว ก็อยู่ที่ลับ

แต่สิ่งที่เราเห็นเรารู้อยู่ ก็ยังมองไม่ออก ดูไม่ออก เช่นตัวอย่าง ร่างกายของเราที่มันทรุดโทรม ก็ยังมองไม่เห็นว่ามันเป็นของที่ทรุดโทรม ของที่แปรปรวน ยังสำคัญมั่นหมายว่า เรายังไม่เฒ่าไม่แก่ จิตใจมันถึงขนาดนั้น มันไม่เห็นเสียเลย มันไม่เห็น *กายเป็นของที่แตกดับทำลาย* นี่มันปิดบังเอาถึงขนาดนี้

เพราะเหตุนั้น มันจึงให้ทรมานเรื่องของจิต เรื่องของใจ ถ้าไม่ทรมานมันไม่ได้ มันเคยตัวมาหลายชาติหลายภพ มันเป็นอยู่อย่างนี้มานาน เพราะเหตุนั้น พระพุทธเจ้าของเราจึงทรมานเอาอย่างเข้มแข็งเลยทีเดียว อดข้าว อดปลา ประกอบความพากความเพียร ไม่หลับไม่นอน นั่นเอาถึงขนาดนั้น พระองค์จึงรู้จัก นั่น

นี่ พวกเราก็เอาเหมือนกัน อย่าไปกลัวมัน ไหนๆ เราก็จะตายอยู่แล้ว ไม่เหลือละ ขอแต่ว่ารู้ธรรมเห็นธรรมเท่านี้ก็พอ ถ้ารู้ธรรมเห็นธรรมแล้ว ความพ้นทุกข์มันจะไปอยู่ที่ไหน นี่แหละ ขอให้พวกเราอุตส่าห์

พยายามทำ อย่าไปกลัวตาย ไหนๆมันก็จะตายอยู่แล้วนี่ ทำไปเถอะ

บางคนเขาเพลิดเพลินอยู่ในโลก ในรูป ในเสียง ในกลิ่น ในรส เขาว่าอายุยืน ว่างั้น เออ เขาอยากอายุยืน ก็เพลิดเพลินไปเถอะในรูป เสียง กลิ่น รส เพลิดเพลินไปเถอะ จะอายุยืนไปแค่ไหน

เราไม่เพลิดเพลิน เราสำรวมจิตของเรา จิตของเรามันมีประสิทธิภาพ สามารถที่จะทำให้คนมีอายุได้กว่าคนที่มีความหลง ที่ว่าเพลิดเพลินในอารมณ์นั้นเป็นคนที่อายุยืน อย่าไปน้อยใจ การปฏิบัติคุณงามความดี ทำไปๆถึงกาลถึงเวลา มันก็หลุดออกมาเลยทีเดียว ยังไม่แก่พอ การประพฤติการปฏิบัติ การทำความพากความเพียร ยังไม่เต็มพอ

เพราะเหตุนั้น ท่านจึงบอกให้บำเพ็ญบารมีให้เต็มรอบ พอเมื่อเวลาบำเพ็ญให้เต็มรอบ มันจะเกิดขึ้นมาเองเป็นเอง ถ้ามันยังไม่พอยังไม่เต็มนั้น จะไปบังคับมันมันก็ไม่เป็น

ถ้ามันพอแล้ว มันเหมือนคนที่ทานอาหาร นั่น ถ้ามันเต็ม มันพอแล้ว มันหยุดเอง ไม่ต้องบังคับมัน มันหยุด

ถึงแม้ว่าจะทานไปอีก มันก็ไม่อยาก นั้นได้ชื่อว่า มันพอ มันเต็ม เต็มรอบพอดี มันจะรู้ในที่นั้น รู้ในขณะที่มันเต็ม มันพอ เห็นในขณะนั้น

มันเต็ม มันก็รู้ มันพอ มันก็รู้ รู้อยู่นั้น พอเมื่อเวลามันรู้ มันก็หยุดเอง วางเอง นี่ก็ฉันใด เรื่องการบำเพ็ญจิตใจของเราก็เหมือนกัน ถ้ามันเต็มพอแล้ว มันเกิดขึ้นเอง มันจะรู้เอง เหมือนอย่างที่เราทานอาหาร มันอิ่ม

นี่ ขอให้พวกเราจงเข้าใจในการประพฤติปฏิบัติ ใครไม่ยินดีในการประพฤติปฏิบัติก็ช่าง เพราะกรรมของเขามันปิดบังเอาไว้ เราพึงรู้อย่างนี้ กรรมของเขาปิดบัง เขาไม่สามารถที่จะบำเพ็ญตนได้ เพราะกรรมบันดาลจิตใจของเขา เราต้องรู้อย่างนี้

เรา ที่เราปฏิบัติได้ หรือทำได้อยู่เดี๋ยวนี้ ก็เพราะว่ากรรมของเรามันบางลงไป มันเบาลงไปนะ แต่ว่าอย่าไปหลงดีใจมากเกินไปเท่านั้น นึกว่าตนของตนเป็นผู้มีกรรมบางเบาลงไป จะนิ่งนอนใจอยู่ไม่ได้ ต้องเร่งให้มันหมด ให้มันสิ้นไปเลย เอาอย่างนั้น

เราจะภูมิใจดีใจไม่ใช่น้อยเลย ถ้าหากว่าจิตใจของเรามันเข้าถึงธรรมกันจริง ๆ เข้าถึงมรรคกันจริง ๆ



จะเอาทรัพย์สมบัติในโลกมาเทียบเท่า มันก็ไม่หวั่นไหว นะ มันภูมิใจอยู่อย่างนั้น ดีใจอยู่อย่างนั้น นี่เรียกว่า ธรรมปีติ

ใครจะว่าอะไร มันก็ไม่เข้าถึงใจ จะว่าเราไม่ดี เราก็ไม่ได้เสียใจ เขาว่าเราดี เราก็ไม่ได้ดีใจ มันเต็มพอแล้ว ไม่ได้หวั่นไหวต่ออารมณ์ทั้งนั้น ไม่ได้หวั่นไหวต่อโลกธรรมทั้งนั้น ยินดี นินทา สรรเสริญ ไม่ได้หวั่นไหว เป็น *ธรรมฐิติ* ตั้งอยู่อย่างนั้น นี่ ให้พวกเราเข้าใจอย่างนั้น

การปฏิบัติ อย่าเพิ่งไปหลงตามคนพาล สำหรับคนพาล มันคอยชักชวนไปในทางที่ผิด ยั่วยวนจิตใจของเราอยู่เสมอ เมื่อเวลามันเป็นเช่นนี้ เราพยายามรู้เท่าทัน ให้มีสติรู้เท่าทัน เออ ไอ้นี่เป็นเรื่องของคนพาล เป็นเรื่องของคนเขลา ดังนั้นที่มายั่วยวนจิตใจของเราให้หวั่นไหวไปตาม เป็นเรื่องของคนโง่ทั้งนั้น เราพึงทำความรู้เท่าทันอย่างนั้น

เมื่อเวลามีสติ รู้เท่าทันอย่างนั้น เราก็ไม่ได้หวั่นไหว มันเต็ม มันเปี่ยมอยู่ที่ใจของเรา จะไปเสียอกเสียใจอะไร

จะไปหลงดีอกดีใจอะไร มันเต็มพอแล้ว จะเอาอะไรมาเพิ่มมาเติมเข้า มันก็ไม่รับ มันไม่รับทั้งนั้น มันไม่สัมผัสอะไรทั้งนั้น มันเฉย เรียกว่า อุเบกขา ความวางเฉย

อ้าว ใครจะว่าเราไม่ดี เราก็ดีอยู่อย่างนั้น ใครจะว่าเราชั่ว เราก็ดีอยู่อย่างนั้น ไม่ได้ชั่วตามคำที่เขาว่า มันเต็มหมดแล้ว

เวลาถูกอารมณ์มากระทบกระเทือน เราต้องมีสติให้เข้าถึงใจ ตั้งอยู่ที่ใจของเรานี้ รู้ เสียงที่มากระทบ เสียงดีหรือเสียงร้าย ที่เข้ามากระทบกระเทือนทางใจของเราสำหรับผู้รู้นี่ ไม่เอาผิดกับใครทั้งนั้น ตัวของผู้รู้ มันเรื่องอื่นที่เอาผิด เรื่องของความโง่ต่างหากเอาผิด

เพราะเหตุนั้น ท่านจึงว่า หมากัด อย่ากัดหมา ท่านว่า ถ้าเราไปกัดหมา เราก็เป็นหมากับเขา เราไม่กัดแล้วละก็ มีแต่เขาเป็นหมา (หัวเราะ) เราก็เฉยอยู่อย่างนั้นเอาอย่างนั้น ฝึกเอา หัดเอา

แต่ว่ามันก็คนที่ไม่สิ้นจากอาสวะกิเลส มันก็มีอาการหรือมีกิริยาอยู่อย่างนั้น แต่ว่าให้เรามีสติรู้เท่าทัน เพราะ

ตกอยู่ในระหว่างการฝึก การหัดอยู่ เอาอย่างนั้น นี่จะเอากันจริง ๆ ก็ต้องเอาอย่างนี้ ปฏิบัติอย่างนี้

ถ้าเห็นว่าอารมณ์ที่มันไม่ดีแล้ว หลบหลีกปลีกตัวหนีไม่ต่อสู้ เอาอย่างนี้ หรือนิ่งเลย เหมือนอย่างกับพราหมณ์ มะกัณฑี ด่าว่าพระพุทธเจ้า สมณะหัวโล้นอย่างนั้นอย่างนี้ สมณะอะไรเป็นอย่างนี้ จะว่าตนดีหรือว่าอย่างนั้น

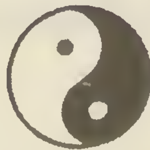
พระพุทธเจ้าก็นิ่งเฉย ดุษณียภาพ เขาจะว่าอะไรก็ตาม จนพระอานนท์เดือดร้อน ขออาราธนาพระพุทธเจ้าไปที่อื่น อ้าวจะไปที่ไหน อานนท์ ไปโน่นที่บ้านเมืองเขาไม่ว่า อ้าว บางที่ไปที่โน้นเขาก็ว่า เขาว่าหมดกันทั้งโลกนี่ เราจะไปอยู่ที่ไหน

พระอานนท์ก็เลยไม่มีเสียงเลย เขาว่ากันหมดทั้งโลกเราจะไปอยู่ที่ไหน เราก็ปล่อยวางเท่านั้น

อารมณ์ไม่ใช่ใจของเรา ใจของเราไม่ใช่อารมณ์ *เสียงก็ไม่ใช่ใจของเรา* ใจของเราก็ไม่ใช่เสียง ใจของเรามันก็ปรกติดีแล้ว รู้เฉพาะ ๆ อยู่อย่างนั้น เอาอย่างนั้น

นี่แหละ เมื่อได้ยินได้ฟังแล้ว จงน้อมเข้าไปสู่ใจของตน ตั้งสติเข้าไปให้ถึงใจ จงน้อมใจของตนให้ยินดีในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ต่อจากนั้นไป เราก็จะได้รับความสุข งอกงามในศาสนธรรม คำสอนของพระ-พุทธเจ้าทุกทิพาราตรี

ขอยุติลงแต่เพียงเท่านี้ เอวํ



ศาสนธรรม

หลวงปู่บุญจันทร์ กมโล

เทศน์ ณ วัดป่าสันติกาวาส วันที่ ๒๘ มีนาคม ๒๕๓๐

พุทธะ แปลว่า เป็นผู้รู้ก็ว่าได้ พุทโธ ก็แปลว่า เป็นผู้ตื่น พุทโธ แปลว่าเป็นผู้ไกลจากกิเลส ท่านว่าอย่างนั้นนี่แหละ จึงได้นามชื่อว่าศาสนธรรม คำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า

ศาสนาแปลว่า คำสั่งสอน! สอนอะไร คำสั่งสอนนี้ไม่ได้สอนท้องฟ้าอากาศอะไร สอนได้ทุกคน สอนมนุษย์นี่แหละ ตลอดทั้งสัตว์เดรัจฉานก็สอนกันอยู่อย่างนี้ เช่นตัวอย่าง สัตว์ที่อยู่ในป่าในดง พวกเราก็เอามาสอนได้ ฝึกได้ หัดให้มันพูดก็ได้ เช่นตัวอย่าง นกสาริกา เป็นต้น ก็สอนให้มันพูดได้ พูดเป็นภาษาคนได้ นี่เรียกว่าการอบรมหรือการสอนกันทั้งนั้น สอนเพื่อความรู้ สอนให้พูด สอนให้รู้จักความดีและความชั่วทั้งหลาย

รู้จักความดีเพื่อจะยึดเหนี่ยวเอาเป็นข้อวัตรปฏิบัติ ความชั่วก็เพื่อจะละ เพื่อจะถอน ถอนออกจากที่ไหน ถอนออกจากกาย ถอนออกจากวาจา ถอนออกจากใจ

นั้นเอง เพราะว่า กาย วาจา ใจนี้ เป็นสิ่งที่สำคัญอยู่ในตัวของคนเราทุกคน

ถ้าพูดดีอย่างนี้ก็เป็นประโยชน์ ถ้าพูดไม่ดีก็ไม่เป็นประโยชน์ นี้ ส่วนวาจา ส่วนกายก็เหมือนกัน กายถ้าประพฤติดี ก็เป็นประโยชน์แก่ตน ถ้าประพฤติไม่ดีก็ไม่เป็นประโยชน์แก่ตน ส่วนใจคิดดีก็เป็นประโยชน์แก่ตน ถ้าคิดชั่วก็ไม่เป็นประโยชน์แก่ตน แต่ว่าความจริงก็เป็นประโยชน์ทางชั่ว แต่ว่าท่านไม่เรียกว่าเป็นประโยชน์นี้แหละ

เพราะเหตุนั้น ท่านจึงสอน จึงถือว่าเป็นการอบรมการสอน สั่งสอนให้ถูกต้องตามศาสนธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ละกายทุจริต วจีทุจริต มโนทุจริต กายทุจริตนั้น คือประพฤติชั่วด้วยกาย นี้เรียกว่า กายทุจริต วจีทุจริต คือ การพูดเท็จ พูดส่อเสียด พูดคำหยาบ จึงเรียกว่า วจีทุจริต มโนทุจริต คือ คิดอิจฉาพยาบาทปองร้ายคนอื่น นี้เรียกว่ามโนทุจริต ท่านให้ระมัดระวังทั้งสามอย่างนี้ ให้ระมัดระวัง มันจะเกิดขึ้นทางกายมันจะเกิดทางวาจา เกิดขึ้นทางใจ

เมื่อเวลามันเกิดขึ้นมาแล้ว ถ้ามันคิดไปในทางชั่วหรือมันเกิดทางกาย มันอยากประพฤติชั่วทางกาย เช่น

ตัวอย่าง ฆ่าสัตว์ หรือประพฤติผิดในกามเหล่านี้เป็นต้น ต้องพยายามยับยั้งกายของเราเอาไว้ ส่วนวาจาของเราก็เหมือนกัน เมื่อเวลามันพูดคำหยาบ พูดคำไม่ไพเราะก็พยายามยับยั้ง พูดให้ดี ให้เป็นประโยชน์ เหมือนกับภาษิตที่ท่านว่า *อาทิยตา สุวาจา* ดังนี้เป็นต้น วาจาเปล่งวาจาดีก็เป็นประโยชน์ ท่านว่าอย่างนี้

โมกฺโข กลฺยาณิยา สาธุ. เปล่งวาจางามยังประโยชน์ให้สำเร็จ ท่านว่าอย่างนี้ ไม่ว่าเปล่งวาจาอะไร เราต้องเปล่งด้วยการมีสติ ให้รู้จักในการที่จะใช้คำพูดของเราเพื่อจะให้เป็นประโยชน์แก่ตนนั้น สิ่งไหนที่เป็นประโยชน์นั้น เราก็คงจะรู้กันว่า ถ้าหากว่าเราพูดดี สมมุติว่า เราพูดกับบุตรธิดาของตนเอง ถ้าพูดคำหยาบมันก็ไม่พอใจสำหรับบุตรธิดาของเรานั้นเป็นอย่างนี้ ถ้าพูดดี ยินดีที่จะทำในธุระการงานทุกชิ้นทุกส่วน จิตใจก็เบิกบานจิตใจก็ผ่องใส นั่นแหละ จึงได้ชื่อว่าพูดดี เมื่อเวลาพูดดีใจมันก็ดีเหมือนกัน

เพราะเหตุนั้น ท่านจึงให้พยายามรักษาทั้งสามอย่างนี้แหละ กาย วาจา ใจ นี้แหละ ถ้าหากว่า ผู้ที่รักษากาย วาจา ใจให้ดีแล้ว ได้ชื่อว่าเป็นผู้ดี นี้ส่วนทาง

ภายนอก ส่วนทางภายในใจก็เป็นสุข เพราะเหตุนั้น ทั้งสามอย่างนี้ ทำให้ใจบริสุทธิ์ทั้งนั้นแหละ ใจเป็นศีล เป็นธรรม ให้ใจแจ้ง ใจสว่าง นี้ ใจไม่ขุ่นมัว นั่นแหละ ได้ชื่อว่าเป็นสุคติ จิตของเราผ่องใส ถ้าใจของเราขุ่นมัว อยู่แล้ว หรือใจของเรามืดมนอยู่นั้นแหละได้ชื่อว่าเป็น ทุคติ นี้ให้พวกเราเข้าใจอย่างนั้น

เพราะเหตุนั้นท่านจึงให้มีสติประคับประคองใจ ของตน การที่จะทำให้มีสติ ก็ฝึกเอาทั้งนั้นแหละ คือ สมมุติอย่างที่พวกเราฝึกกันอยู่เดี๋ยวนี้แหละ ฝึกอะไร ฝึกกาย ฝึกวาจา ฝึกใจ เมื่อเวลาตายมันก็สงบแล้ว วาจา ก็สงบแล้ว ใจของเราก็สงบ

ถ้าหากว่า กายไม่สงบ มันกระทบกระเทือนถึงคนอื่น เป็นเหตุให้ จิตใจเศร้าหมอง หรือ จิตใจฟุ้งซ่าน เป็น อย่างนั้น นี่แหละ เมื่อเวลาเราประพฤติปฏิบัติอย่างนี้ ได้ชื่อว่า เป็นผู้ตั้งอยู่ในกัลยาณศีล กัลยาณธรรม

เฉพาะในวันนี้ก็มีทางใกล้และทางไกลที่มารวมกัน ทางกรุงเทพฯก็มี แล้วก็ทางอุดรก็มี แล้วก็เฉพาะบ้าน ของเราก็มี ต่างบ้านก็มีที่มารวมกันนี้ ก็ล้วนแล้วแต่เป็นผู้มี ความเจตนาดีทั้งนั้น ล้วนแล้วแต่เป็นผู้ปรารถนาดี เพราะ เหตุนั้น เมื่อเวลาเข้ามาถึงแล้ว ให้ระมัดระวังสำรวม

จิตของตนอยู่เสียก่อน เพราะว่า เรามาสู่สถานที่สงบสงัดแล้ว เพื่อให้จิตของตนนั้นสงบปราศจากสัญญาอารมณ์ทั้งหมด ให้รวมเป็นสมาธิ

เมื่อเวลาจิตของเรารวมเป็นสมาธินิ่งอยู่ ไม่มีอารมณ์ส่วนอื่นที่เข้ามารบกวนแล้ว เราค่อย ๆ พยายามสำรวมจิตของตนอยู่ให้เป็นหนึ่ง ให้เป็นเอกัคคตาจิต เป็นเอกัคคตาธรรม คือ จิตไม่เกี่ยวข้องในอารมณ์ส่วนอื่นในรูปเสียงส่วนอื่น คือมันรวมอยู่เป็นปรกติ คำที่ว่ารวมในที่นี้คือจิตของเรารวม เราก็จะรู้เอง นี้เรียกว่าเป็น *สนฺทิฏฺฐิโก*

เมื่อเวลามันรวมนั้นก็มีอาการหลายอย่าง อาการจิตของแต่ละคนที่จะรวมเป็นสมาธินั้น บางทีมีอาการร้อนวูบขึ้นมาก็มี แล้วก็จิตสงบลงไป บางทีก็มีอาการเย็นสบายลงไปเลยก็มี บางทีเมื่อเวลาจิตของเราจะรวม มันมีอาการจมลงไปในที่ลึกก็มี นี้มีอาการอย่างนี้ ถ้าหากว่าสติของเราประคับประคองใจของเราได้สมบูรณ์แล้วอาการอย่างนั้น ในขณะจิตเมื่อเวลาที่มันรวมลงไปนั้นมันจะเย็นลงไปสบายลงไป

เมื่อเวลาสบายแล้ว มันไม่ได้คิด ไม่ได้นึกอะไรทั้งหมด มีแต่เสวยความสบาย ความเยือกเย็นอยู่เท่านั้น

เมื่อเวลามันเป็นเช่นนั้นน่ะ ความสบายเยือกเย็นอยู่อย่างนั้น เราก็ต้องรักษาอยู่เสียก่อน รักษาความสบายนั้นให้ดู มีสติดู สังเกตดูจิตของตนอยู่เสียก่อน

ถ้าหากว่าไม่มีอาการอย่างไรนั้น เราจึงวิตกพิจารณากายของตน กายของเราทุกส่วนนั้นเป็นอย่างไรล้วนแล้วแต่จะทรุดโทรมลงไปทุกที แต่เบื้องแรกก็มีความห้าวหาญ รู้สึกว่าเปล่งปลั่ง ต่อมา ก็เสื่อมลงเปลี่ยนสภาพไป เมื่อเวลาพิจารณากำหนดดูกายของตนในส่วนใดส่วนหนึ่งแล้ว บางคนก็เกิดอสุภกรรมฐานขึ้นมาก็มีบางคนก็มีความสงบสบายอยู่เฉย ๆ ก็มี

เมื่อเวลามีความสงบสบายอยู่ ถ้าหากว่าเราเป็นผู้มีปัญญา หรือสมาธิของเรามันกล้าพอแล้ว เราจะพิจารณากำหนดดูกายของเรา ก็เห็นง่าย เมื่อเวลาจะกำหนดที่ไหน ดูที่ไหน เพ่งดูที่ไหน นั้นน่ะ ก็จะเปื่อยเน่าลงไปเลยทีเดียว นี้เพราะอำนาจแห่งสติของเรามันกล้าหรือสมาธิของเรามันกล้า กำหนดดูที่ไหน มันก็พังไปเลย

เมื่อเวลาเนื้อ หนังเหล่านี้มันหลุดออกจากร่างของเราหมดแล้ว มันก็ยังเหลืออะไรอีก นี้จงกำหนดตามพิจารณากายของตนเองนะ เมื่อเวลามันเปื่อยลงไปแล้วยังเหลืออะไร ยังเหลือร่างกระดูกเท่านั้น เมื่อเวลาร่าง

กระดูกนี้มันยังอยู่ กำหนดดูกระดูกอีก เพ่งกระดูกอีก ให้มันละลายลงไปจนกลายเป็นดิน *เนื้อหนัง* เหล่านี้ หรือ *เอ็นกระดูก* เหล่านี้ ล้วนแล้วแต่ *กลายไปเป็นธาตุดิน* เท่านั้น

ส่วนที่เป็นธาตุน้ำ มีลักษณะเอิบอาบอยู่ในร่างกายของเรา ก็คือ น้ำเลือด น้ำหนอง น้ำเหลือง น้ำดี น้ำเสลด เหล่านี้ นี้ เรียกว่าลักษณะของน้ำ มีลักษณะเอิบอาบอยู่ทั่วสรรพางค์กายของเราทุกส่วน อันเจือปนกันอยู่อย่างนั้น

เมื่อเวลาพิจารณาเห็นภาพอย่างนี้แล้ว เราพิจารณาธาตุไฟอีก คือความอบอุ่นที่มีอยู่ในกายของเรานั้นเป็นอย่างไร เมื่อเวลามีความอบอุ่นอยู่ ร่างกายของเรานั้นก็แยกออกไปเป็นส่วน ๆ แยกออกไปเป็นธาตุไฟเสีย

ส่วนธาตุลมคือ ลักษณะลม ลมหายใจเข้า - ออก ลมพัดไปตามสรรพางค์กายของเราให้ทั่วถึง ตลอดทั่วถึง ถ้าหากว่าไปกลั้นอยู่ที่ไหนแล้ว ก็ให้เจ็บ ให้ปวดขึ้นมานั้น เรียกว่าธาตุลมกระจายไปไม่ทั่วถึง เมื่อเวลาธาตุลมกระจายไปไม่ทั่วถึงแล้ว มันก็เป็นเหตุให้ขัดข้อง ก็เลยเป็นธาตุให้เจ็บปวด ก็พิจารณาธาตุลมอีก ให้มันขยายกลายไปเป็นธาตุลมเสีย

ทีนี้ส่วนธาตุทั้งสี่เหล่านี้น่ะ มันกลายไปเป็นธาตุทั้งหมดแล้ว เราจะต้องการอะไร ที่นี้

เราต้องการ *ใจ* ของเราเท่านั้น ที่ *เรียกว่านามธรรม* นามธรรมก็คือใจนั้นเอง เมื่อเวลาพิจารณาใจของตน ใจของตนก็จะปรากฏขึ้นมาเป็นสิ่งที่ผ่องใสอยู่ภายใน เหมือนน้ำค้างใบบัวใสสะอาด บริสุทธิ์อยู่อย่างนั้น เรา จะปรากฏเห็นใจของเรานั้นแหละเมื่อเวลาใจของเรา บริสุทธิ์แล้ว นั้นแหละจะเป็นที่พึ่งของตนเอง เรียกว่า พึ่งพระ พึ่งอยู่ภายในจิตใจของเรา เมื่อหากว่าเป็นอย่างนี้ แล้ว เราไม่ต้องสงสัย

เมื่อจิตเศร้าหมองแล้ว ทุคติย่อมเป็นที่หวังได้ คือ จิตขุ่นมัวนั้นเอง อย่างที่อธิบายมาแล้ว จิตไม่ผ่องใส นั้นแหละ เป็นลักษณะของทุคติ

เมื่อจิตผ่องใสแล้ว นั้นแหละสุคติย่อมเป็นที่หวังได้ พยายามรักษา ขัดถูใจของตนให้ผ่องใส ให้มันสะอาด ของที่มีอยู่ในตัวของเรา เราก็จะรู้ จะเห็น เราปฏิบัติ ไปประพฤติไป เราก็จะรู้จะเห็น ถ้าหากว่าเราไม่ประมาท

ถ้าไม่รู้ไม่เห็นอย่างนั้น พระพุทธเจ้าของเรา ก็ไม่ นำธัมมะของพระพุทธเจ้ามาแสดง หรือมาอบรมพุทธ บริษัททั้งหลาย เพราะพระพุทธเจ้าของเราเป็นผู้ตรัสรู้

เป็นผู้รู้ดี รู้ชอบแล้ว พระองค์จึงได้นำธรรมคำสั่งสอนเหล่านี้มาอบรมแก่พุทธบริษัททั้งหลาย เพื่อให้รู้ตาม

ถ้าหากว่าไม่รู้ตาม พระพุทธเจ้าจะพ้นทุกข์ได้อย่างไร บางคนเข้าใจอย่างนี้ก็มี อ้าว เป็นธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า เราจะไปรู้ตามพระพุทธเจ้าไม่ได้ก็จริงอยู่ แต่ว่าความจริงนั้น คำสอนของพระพุทธเจ้ามุ่งหวังอยากจะให้พุทธบริษัทนั้นแหละรู้ตามธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ที่พระองค์ได้ตรัสรู้ไว้แล้ว รู้เห็นแล้วเป็นอย่างนี้

เมื่อเวลาเราประพฤติปฏิบัติไปแล้ว เห็นสัจธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าแจ่มแจ้งแล้ว นั้นแล จะเป็นหนทางแห่งมรรค เป็นหนทางแห่งผล *มรรคผล* เราจะเดินที่ไหน *มคฺโค มคฺคํ* เราจะเดินที่ไหน เราก็ *เดินอยู่ที่กาย ที่วาจา ที่ใจของเรา* นี้แหละ

พระพุทธเจ้าท่านก็เดินอยู่ที่นี้ ท่านเดินมรรค คือสัมมาทิฏฐิ ความเห็นชอบ คือเห็นอะไร เห็นอริยสัจธรรมทั้งสี่นั้นเอง นี่เห็นอยู่ในที่นี้ อริยสัจธรรมทั้งสี่ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ มรรค นั่น อยู่ที่ไหน

อริยสัจธรรมนั้นเอง คือ ทุกข์ สมุทัย ทุกข์คือตัวของเรานี้เอง สมุทัยคือตัวเหตุ อะไรเป็นตัวเหตุ เป็นที่รัก

ที่ชอบใจ นั้นแหละเป็นตัวเหตุ เรียกว่าสมุทัย

มรรค คือ ความเห็นพร้อม ๆ ด้วยความเห็น หรือความรู้นั้นเอง เรียกว่ามรรคนี้ ท่านให้เดินอย่างนี้ นี่แหละ

ขั้นต่อไป เราจึงตั้งกายให้ดี ตั้งกายให้ตรง กายลหุตา กายก็ให้อ่อนนิ่มนวล จิตลหุตา จิตก็ให้นิ่มนวล นี้เรียกว่า เมื่อเวลากายของเรานิ่มนวลแล้ว มันไม่เจ็บ มันไม่ปวด ปราศจากการเจ็บ ไม่มีการเจ็บ ในขณะที่กายของเรานิ่มนวล มันพร้อมทั้งหมด พร้อมทั้งกายทั้งใจด้วยนั่นแหละ มันพร้อมกันหมด จิตของเราก็อ่อน กายก็นิ่มนวล นี้ เรียกว่า กายลหุตา จิตลหุตา

เมื่อเวลาผู้ปฏิบัติทั้งหลาย เข้าถึงขั้นนี้แล้ว เราจะพึงรู้เอง ไม่จำเป็นที่จะถามคนอื่น เราจะรู้เอง หรือจะถามก็ได้ จะถามจะศึกษาครูบาอาจารย์ที่ท่านเคยปฏิบัติหรือเคยรู้มาก่อน ก็คงจะเป็นอันเดียวกัน เป็นอย่างนี้ให้พวกเราเข้าใจอย่างนั้น

การอบรมหรือการทำสมาธิไม่ได้มุ่งอย่างอื่น *การที่อบรมธรรม* หรือ *ปฏิบัติ* นี้ *มุ่งความพ้นทุกข์อย่างเดียวเท่านั้น* แหละ ไม่ได้มุ่งลาภสักการะบูชาอะไร มุ่งความพ้นทุกข์อย่างเดียวเท่านั้น แต่ส่วนลาภสักการะส่วนภายนอกนั้น แล้วแต่เรา ถึงแม้ว่าเราจะทำ ก็เป็น

เครื่องสนับสนุนของกาย ส่วนภายนอก เช่นตัวอย่าง การทำกุฏิวิหารเหล่านี้

นี่แหละ ขั้นต่อไปขอให้พวกเราจงตั้งใจนึก พุทโธ ธัมโม สังโฆ เอาอย่างยอดเลย นึกสามจบแล้วจึงมาบริกรรมคำเดียวว่า พุทโธ ๆๆๆ อยู่ที่ใจของเรา ใจของเรานั้น ให้ยึดมั่นอยู่กับพุทโธ อย่าให้นอกเหนือจากพุทโธ พุทโธก็ใจของเรา อันนั้นอยู่ด้วยกัน

จงพากันตั้งใจต่อไป เมื่อเวลาจะพูดไปยืดยาวก็ไม่มีปัญญาจะพิสดารออกไปมาก เอาย่อ ๆ เอาอย่างที่พวกเราทำได้ง่าย ๆ เอา พากันตั้งใจ

เอา นั่งขัดสมาธิ ขาขวาทับขาซ้าย มือขวาทับมือซ้าย ตั้งกายให้ตรง แล้วก็บริกรรม นึกพุทโธ ธัมโม สังโฆ สามจบ แล้วก็นึกพุทโธๆ คำเดียวเท่านั้นแหละ นี่เรียกว่าบริกรรมภาวนา จงสำรวมจิตของตน อย่าให้จิตของเรานึกไปในอารมณ์ต่าง ๆ นึกถึงอารมณ์ที่น่ารัก นึกถึงอารมณ์ที่น่าชัง นึกถึงอารมณ์ที่น่าเกลียด

ถ้าหากว่าจิตของเรามันเป็นอย่างนั้น ให้พึงทำความเข้าใจว่า เราคิดไปถึงอารมณ์ที่น่ารัก เราเกิดความรักขึ้นมา นั้นได้ชื่อว่าจิตของเราลำเอียงไปเพราะความรัก ถ้าหากว่าจิตของเราคิดไปถึงอารมณ์ที่น่าชังอย่างนี้

อันนั้นก็ได้ชื่อว่าจิตของเราลำเอียงไปเพราะความชัง จิตของเราไม่เป็นกลาง

เพราะเหตุนั้น ท่านจึงให้ทำจิตของเราให้เป็นกลาง อย่าให้เอน เอียงไปทางรัก ทางชัง ให้ตั้งอยู่ตรงเฉพาะหน้าของเรา

กำหนดอยู่ที่ระหว่างอกของตนนั้นแหละ ให้สำรวมจิตของตนอยู่ที่นั้น เมื่อเวลามันจะลืม หรือจะหลงไป ก็ให้มีสติรู้เท่าทัน อย่าให้เผลอมาก นี้เรียกว่าการอบรมจิตใจของตน

เมื่อเวลาจิตของเรารวมลงไปแล้ว เรามีความสุข จะหาความสุขอื่นยิ่งกว่านี้ไม่มี *นตฺถิ สนฺติ ปรํ สุขํ* สุขอื่นนอกจากความสงบไม่มี ท่านว่าอย่างนั้น

โดยมากจิตของเรายังไม่ได้ นับแต่วันเกิดมา จิตของเรายังไม่รวมเป็นสมาธิได้สักที เพราะเหตุนั้น จึงเป็นเหตุให้มันปรุง มันคิดไปทางอื่น

(เทปหมด)



พระธรรมเทศนา

ของ

ท่านพระอาจารย์สิงห์ทอง ธัมมวโร

สุสุดทอ

ท่านพระอาจารย์สิงห์ทอง ธัมมวโร
เทศน์ ณ วัดป่าแก้ว วันที่ ๑๘ สิงหาคม ๒๕๒๑
(ถอดความจากคำเทศน์ภาษาอีสาน)

พระอุปัชฌาย์เดี๋ยวนี้มีน้อย ไม่มีผู้จะรับเป็น อุ-ปัชฌาย์ก็เลยหายาก ผู้อยากเป็น ผู้ใหญ่ก็ไม่เห็นด้วย ผู้ไม่อยากเป็น ผู้ใหญ่ยิ่งอยากให้เป็น แต่ไม่เป็น หากรรมใส่ตัวแท้ๆ

ทุกวันนี้เป็นอุปัชฌาย์มิใช่ของง่าย ธุระหน้าที่อันนี้ถ้าทำไม่งามเขาก็ตำหนิ เป็นผู้ใหญ่เหมือนต้นไม้ใหญ่เหลียวเห็นไกล ต้นไม้น้อยไม่ค่อยเห็นง่ายเท่าใด หากว่าเป็นเจ้าคณะตำบล เจ้าคณะอำเภอ เจ้าคณะจังหวัด เจ้าคณะภาค

สมมติของคนเป็นพิษเป็นภัย เป็นเหมือนหนามบ่งของเล่น *สมมติเป็นกับผู้ใด มันตื่นเนื้อตื่นตัว ยั้งไม่ค่อยจะอยู่* สมมติว่าเป็นผู้หลักผู้ใหญ่แล้วมีผู้ไปว่าอย่างนั้นอย่างนี้ให้ อย่างเป็นผู้ใหญ่บ้าน เคยเป็นเพื่อนกันมาเขาไปเรียก เพื่อนเอ๋ย...เพื่อน...ชักไม่ชอบใจ นี่เราไม่ใช่คนเก่าแล้วนะ เป็นไปทำนองนั้นก็มี

อย่างคนมีกิเลสมาบวช เขาให้เป็นอุปัชฌาย์ เป็นพระครู เป็นไปแบบใหม่ ไปทักทายตามธรรมดา ครู-อาจารย์สบายดีหรือ ไม่อยากตอบ ก็มีด้วย ไม่เหมือนเก่า

นิทานสุสุดทอ ท่านว่า แต่ก่อนมีหน้าที่การงานเรียก *พรรณราช* มีเป็นบางกาลบางสมัย เราเกิดทัน *พรรณราช* แต่สุสุดทอนี่ไม่ทัน *สุสุดทอ*เป็นตำแหน่งคล้ายๆ กับผู้ใหญ่บ้าน กำนันสมัยนี้

อีตานั่นแกอยากได้ชื่อได้เสียง อยากเป็นผู้หลักผู้ใหญ่ ไปเมืองไปนาไปหานายอำเภอยามไหน ก็เอาอันนั้นไปกำนัล เอาอันนี้ไปฝากอยู่เรื่อยๆ ไม่ขาด-ระยะเวลา

ถ้านายอำเภอหรือเจ้าหน้าที่ผู้ใหญ่เข้ามาตรวจมาเยี่ยมบ้าน แกก็วิ่งเต้นขวนขวายหานั่นหานี่มากินกันมาเลี้ยงกัน คอยปฏิบัติเอาใจใส่ เพราะความอยากเป็นผู้หลักผู้ใหญ่ตามอย่างเขา ทำไปทำมาหลายปีหลายเดือนเข้า นายอำเภอเห็นความดีความชอบเลยแต่งตั้งแก

วันนั้นแกไปกับเพื่อน เอาของไปให้นายอำเภอฟังเสียงดู เพื่อนก็เป็นคนหัวดื้อเอาเรื่องอยู่ แกได้พวก

ของป่าของดง พวกนก พวกอะไรในป่า แต่ก่อนสัตว์ป่ายังหลาย บุกดงบุกป่าเอาไปให้นายอำเภอ นาย-อำเภอได้รับของกำนัลจากแกมาหลายหนหลายที ก็เลยตั้งให้เป็นสุสุดทอ

สมัยนั้นยังไม่ค่อยมีถุงย่ามใช้ ถุงที่งามก็มีแต่ถุงกระเทียว (ถุงหูรูด มีสายสะพาย) พอนายอำเภอตั้งยศให้ว่า เจ้าเป็นสุสุดทอหน่อยนะ ครับ ครับ ครับ แกว่าเจ้าสุสุดทอนั้นสะพายถุงกระเทียวกลับไม่ได้แล้ว นี่... เพื่อนเอ๋ย เราไม่เหมือนเก่าแล้วนะ เราคือสุสุดทอ ตะแกว่า ถุงกระเทียวนี่เจ้าสะพายเอาเสียนะ ว่างั้น... ช่วยสะพายให้เราวันนี้เลยนะ

เจ้าเพื่อนตัวดีตอบ ฮ่วย ตัวเป็นสุสุดทอ เราเป็นเพื่อนตัว เราก็เป็นสุสุดทอด้วยเหมือนกันแหละ เราก็สะพายไม่ได้เหมือนกัน ไม่สมกับตำแหน่งเรา

ทำยังไงดีล่ะ จะทิ้งหรือก็มีถุงข้าวอยู่ในนั้น เสีย-ดายนี่ ทิ้งเข้าป่าไปก็ยังเสียดาย ครั้นจะสะพายเองไม่สมกับยศ ให้เพื่อน เพื่อนก็ว่า เราก็เป็นสุสุดทอเหมือนกัน ตัวเป็นอะไร เราก็เป็นอย่างนั้น เพราะเราเป็นเพื่อนกัน จะทำยังไงดีล่ะ ก็เลยช่วยกันหามถุงไป ใครจะออกหน้าก็ไม่ได้ ร่ำรี้ร่ำไร ตื่นยศ บ้ายศ

มาถึงบ้านถึงเรือน เหยียบบ้านเหยียบเรือน ขึ้นไปเรือน...จะขึ้นไปเรือนก็ร้องเรียกลูกเรียกเมีย มาล้างตีนล้างเท้าให้หน่อย ข้อยไม่เหมือนเก่านะเดี๋ยวนี้ข้อยได้ยศใหม่แล้วนะ

เขาก็ลงมาล้างเท้าล้างตีนให้ ให้เอาอาสนะเอาเบาะมาให้นั่ง หมอนมาพิงมาอิง เป็นเจ้าเป็นนายเป็นผู้หลัก-ผู้ใหญ่ ข้าวก็ให้ทำมาเฉพาะไม่กินรวมกับผู้อื่น

เกิดมาก็ไม่เคยนั่งขัดตะหมาดสักที เคยนั่งชันหัว-เข่ากินข้าว ทำนั่งขัดตะหมาดเป็นเจ้านายผู้ใหญ่ เขายกสำรับมาให้ กินไปกินมา ตะหมาดก็หลุด เพราะมันไม่เคย หลุดใส่สำรับ ใส่กล่องข้าวกระเด็นไปโน่นเลยทำเป็นร้องเสียงดัง...มันไม่สมยศกู ว่าไปอีกแน่ะคนพรรค์นั้นก็มี

ความอยากเป็นผู้หลักผู้ใหญ่ ติดสมมติจนจิตใจมันต่ำมันทราม ไม่ได้คิดถึงเหตุถึงผลอะไร เขาสมมติอันใดให้ ก็ของเก่านั่นแหละ ไม่มีอะไรดีประเสริฐวิเศษเขาสมมติให้ก็ไปติดสมมติเขา

เราอยากไปหลงตามเรื่องสมมติ ก็ให้สมมติในทางดีนั่น พยายามทำความดีให้สมกับเกียรติของตัวว่า*เขาสมมติให้* เขาเชิดชูให้ *เราจะต้องตั้งหน้าตั้งตา*

ปฏิบัติกาย วาจา ใจ ให้ถูกต้องตามเรื่องสมมติของเขา ให้มีอรรถมีธรรมเพิ่มขึ้น แบบนั้นค่อยยังชั่วหน่อย

นี่ตื่นตั้งแต่ยศ จับอะไร ทำอะไร จับไม่ได้ ทำไม่ได้ทั้งที่เคยจับเคยทำมา คิดไปว่าตัวเป็นผู้ใหญ่ ความเข้าใจผิดทำนองนั้นมันก็มี เขามาเรียกชื่ออย่างแต่ก่อนก็โกรธให้เขา หาว่าดูหมิ่นนินทา ทั้งๆ ที่เขาไม่รู้

นี่เจ้าภาคเจ้าคุณบางองค์ เคยได้ยินพระเจ้าพระสงฆ์มาเล่าให้ฟังอยู่ ไม่ทราบว่าท่านเป็นเจ้าคุณ พูดกับท่านตามธรรมดา ท่านไม่ตอบ แต่ควักบัตรออกจากย่ามมาให้ดู ท่านหยิบบัตรเจ้าคุณออกมา ผู้นั้นก็โอ๊ย...ขออภัยเถิด ไม่ทราบมาก่อนว่า ท่านได้เป็นเจ้าภาคเจ้าคุณ ก็เลยอะลุ้มอล่วยไป มันยากอยู่นะ ดูจะร้ายกว่าเจ้าสุสุดทอเสียอีก

เจ้านั่นไปทางข้างนั้นน่ะ ตื่นคำสมมติ เป็นเรื่องอันหนึ่ง ซึ่งจิตใจไปเกาะอาศัย เกิดกิเลสความมัวเมา ไม่ได้ใคร่ครวญคิดว่า ความจริงเป็นอย่างไร

อย่างเขาเคยเรียกครูบาอาจารย์ คนไม่รู้ไปเรียกหลวงพ่อหลวงตา ก็โกรธจนตาแดงตาดำ ว่าเขาดูหมิ่นนินทา ไม่เคยมีใครเรียกมาก่อนว่าเป็นหลวงพ่อ ถ้าเป็นพระหนุ่มพระน้อยบวชเข้ามามักไม่เป็น ตามที่เคย

สังเกต หลวงพ่อนี่เป็น ถ้าบวชมานี่เคยเรียกอาจารย์อย่างนั้นอย่างนี้ มีใครเผลอไปเรียกหลวงพ่อละ อุ๊ย... อย่างกับไปด่าแม่ท่าน บางครั้งคำไม่ควรพูดควรจาก็พูด นี่ได้ยินมากับหู

หลวงพ่อมาจากไหนล่ะครับ ฮ่วย...หลวงพ่อหลวงแม่ที่ไหนมี ไปแบบนั้นก็มี โอ๊ย เขาเรียกหลวงพ่อก็ดีออก เป็นถึงพ่อของเขา บางองค์ผู้เฒ่าผู้แก่เขาก็เรียกหลวงพ่อหลวงปู่ โกรธให้อีก

โลกมันไม่อดไม่จน มีทุกอย่าง แล้วแต่เราจะเลือกลัดจัดหา จะเอาอย่างไหนก็หาได้ ไม่มีจน และตัวของเราก็ไม่จนเหมือนกัน คือมีปัญญาพอหาได้

ทำให้เป็นบุญเป็นกุศลก็ได้ ทำให้เป็นบาปเป็นกรรมก็ได้ ทำให้เป็นเสน่ห์ก็ได้ ทำให้เป็นพิษเป็นภัยเป็นศัตรูก็ได้ ไม่ว่าหน้าว่าตาว่าปาก ตาของเรานั้นทำให้เป็นภัยมันก็เป็นภัย เขาเกลียดเขาชัง อาฆาตพยาบาท ฆ่าตี ถ้าทำตาสีตาเสียดให้เขา สายตาเท่านั้น ก็เป็นภัยได้ ถ้าทำให้มันเป็นภัย ทำให้เป็นเสน่ห์มันก็เป็นเสน่ห์ได้

หน้าก็เหมือนกัน ทำให้เป็นศัตรูก็ได้ ทำให้เป็นมิตรก็ได้ เพียงหน้าของเรา เคยจำคำพูดของหลวงพ่อ

องค์หนึ่ง ได้พูดคุยถามไถ่ ผู้เฒ่านี่เป็นคนช่างคิด ทั้งๆ ที่เราก็เคยเห็นเรื่องอย่างนั้นเหมือน ๆ กันทั่วแผ่นดิน แต่เราไม่รู้จักคิดมาสอนใจ ไม่รู้จักคิดพิจารณา

ท่านอยู่องค์เดียว แต่ท่านกลับว่า วาสนาท่านขึ้น เขาทำบุญบ้านไหนมีแต่ผมไปสวดมนต์ ไปฉันข้าวให้เขา อยากหาอยากหยุดอันไหนก็สะดวกสบาย วาสนาผมถึงขั้นครูบาปีนี้ ท่านคิดดี ไม่ได้คิดโศกเศร้าว่า ไม่มีหมู่มีคณะมีพระมีเณรอยู่ด้วย อาภัพอับวาสนา อยู่ลำบากยากแค้น หาผู้ช่วยเหลือเกื้อหนุนอะไรก็ไม่มี ไม่ได้คิดอะไรไปในแง่นั้น

คิดไปในแง่ดีว่า ไม่มีผู้ใดมากังวล อยู่คนเดียว วัดนั้นก็ไม่มีพระวัดนี้ก็ไม่มีพระ บ้านนั้นก็ไม่มีพระ บ้านนี้ก็ไม่มีพระ เขาล้มเขาตายเขาทำบุญสุนทานที่ไหน มีแต่กระผมไปฉัน ผู้เฒ่าว่าอย่างนั้น ไม่มีผู้ใดมาแย่ง มันก็สุขไปอย่างหนึ่ง นี่คือ*ตกแต่งใจของเจ้าของถูก* นี่คือรู้จักรักษาความคิด ไม่ให้เป็นพิษเป็นภัยแก่เจ้าของ

เวลาไม่มีพรรคพวกเพื่อนฝูง ก็รู้จักห้ามสอนใจ พรรคพวกมากหน้าหลายตา คิดไปในแง่ถูก... คนเรานี่ไปมาหากันก็มีเรื่องใส่กัน อยู่ด้วยกันไม่ได้ ท่านว่าไม่เหมือนหมา หมาถ้าแยกเขี้ยวใส่กัน อยู่ด้วยกันไม่

ได้ นี่เราก็เคยเห็น ถ้าหมามันเห็นกัน มันหน้าบึ้งเฉย ไม่แยกเขี้ยว อยู่เป็นธรรมดา อยู่ด้วยกันได้ ถ้าแยกเขี้ยวใส่กัน มันกัดกัน อยู่ด้วยกันไม่ได้

คนนี่ถ้าแยกเขี้ยวใส่กัน หัวเราะให้กัน อยู่ด้วยกันเป็นสุข แต่ถ้าทำหน้าบึ้งทำเหมือนหมานี่ ไม่ได้เรื่องแล้ว อยู่ด้วยกันไม่เป็นสุข นี่ความคิดของผู้เฒ่า นับว่าท่านรู้จักหาเรื่องมาขบคิด

ตาของเราก็ทำนองนั้น คนรักคนชอบคนนิยมก็ทำหน้าตายิ้มแย้มแจ่มใส ทำหน้าทำตาเป็นพิษเป็นภัยให้เขาเกลียดเขากลัว มันไม่เป็นเสน่ห์ ปากของเราก็เหมือนกัน อันใดจะเป็นสิริมงคล อะไรจะเป็นประโยชน์เราก็พูดไป ไม่ให้เป็นพิษเป็นภัยเป็นเสี้ยนเป็นหนามต่อประสาทหูของคนอื่น ปากนั้นก็เป็นผู้นำมาซึ่งลาภสักการะ นำมาซึ่งมิตรซึ่งสหาย เป็นเสน่ห์

ครั้นพูดออกไปคำใดก็ไม่มีชิ้นดี มีแต่คำเหม็นคำเน่า เขาก็เบื่อก็หน่าย ท่านว่า ปากไม่ดี ไม่อยากไปใกล้ไปหา ถึงว่ามันทำเอาได้*ในตัวของเรา*นั่นแหละ

เลือกเอาได้

ในโลกก็เลือกเอาได้ ในตัวของตนก็เลือกเอาได้แล้วแต่ผู้ใดจะฉลาด เลือกคัดจัดหาแนวที่เป็นสาระ-

ประโยชน์ มันมีครบมีสมบูรณ์อยู่แล้ว ไม่ใช่มีแต่อันไหนอันเดียว

โลกอันนี้ ที่สูงก็มี ที่ต่ำก็มี เป็นห้วยเป็นหนองก็มี เป็นภูเขาก็มี เราอยากอยู่อยากไปอยากหาอยากอาศัยที่ไหนก็อยู่ได้ นี่รูปกายรูปใจของเราก็ทำนองเดียวกัน เป็นโลกอันหนึ่ง จะปรับปรุงให้เจริญรุ่งเรือง น่าอยู่น่าอาศัย เป็นเรื่องของเราเองจะปรับจะปรุงตัว ถ้าไม่ฉลาดปรับปรุงมันก็ไม่ดีไม่งามให้

ท่านว่า *ไก่งามเพราะขน คนงามเพราะแต่ง* ไก่งามแค่ไหน ถอนขนออกแล้ว ไก่ก็ไม่งาม ไม่น่าดู มีแต่น่าต้มน่าแกงเท่านั้น ไม่สวยไม่งามให้ เพราะขนไม่มี

คนเราไม่ตกไม่แต่งก็ทำนองเดียวกัน แต่งทางนอกก็แต่ง แต่งทางในก็แต่ง แต่งทางนอกคือแต่งเนื้อแต่งตัว คนอยู่ในวัยหนุ่มวัยสาวก็แต่งประเภทหนึ่ง คนวัยแก่วัยเฒ่าก็แต่งไปอีกประเภทหนึ่ง เครื่องประดับของโลกเราก็นิยม ถ้าแต่งถูกกับวัยกับกาลกับสมัย มันก็งามตาน่าดู แต่ไม่ถูกกับวัยก็ไปอีก เขาดูหมิ่นนินทา

เมื่อปีนั้นเราออกสังคมใหญ่ในเมืองในกรุง ไปส่งท่านอาจารย์บุญจันทร์ไปรักษาตัว มีพวกข้าราชการเมียเจ้าเมียนายทางจังหวัดน่านลงมา เขาถามหาพระเราไปพักอยู่ที่นั่น เขาคงนึกว่าเราประจำอยู่นั่นก็ไม่รู้สิ เราไม่รู้จักท่านสักคน มาถามหาเจ้าคณะจังหวัดน่าน

คือตอนนั้นงานสมเด็จพระสังฆราช เขาให้เจ้าคณะจังหวัดทุกจังหวัดมา เจ้าคณะจังหวัด เจ้าคณะอำเภอ มาทำบุญ พวกนั้นอยากพบครูบาของตัว เลยมาถามหา ไม่รู้ว่าเราก็คนมาจากทางอื่น ไม่ได้มาในงานนี้ แต่มาเพราะเคยพักอยู่นี่ในวัดบวรฯ เลยบอกให้ไปถามโน่นที่ประชุมใหญ่ ตรงหน้าปะรำพิธีหน้าตำหนัก

แกก็ว่า เข้าไปไม่ได้ เพราะไม่ได้แต่งตัวถูกต้องตามแบบแผนที่ชาวเมืองเขานิยม คืองานคนตายนี่ โดยมากผู้หญิงต้องใช้ชุดดำ เสื้อก็ดำ ซิ่นก็ดำ ผู้ชายก็ต้องใส่ไว้ทุกข์ คือ ผูกแขนดำ หรือเนคไทดำ หรือมีอันใดอันหนึ่งเป็นเครื่องหมายของการไว้ทุกข์

ถ้าแต่งตัวธรรมดาอย่างพวกเราเข้าไป ถูกเจ้า-หน้าที่เขาห้ามไว้ ไม่ให้ไปกราบไปไหว้ เพราะแต่งไม่ถูกต้อง

นี่ไปเห็นในงานสมเด็จพระสังฆราช จึงมาพิจารณาความนิยมของมนุษย์เรานี่ ทั้งๆ ที่ไม่เสียหายอะไร ก็นิยมผิดๆ ถูกๆ อย่างพระอย่างเจ้าก็เหมือนกันนั่นแหละ พระเจ้าพระสงฆ์ท่านมีชุดเดียว เขาไม่ค่อยตำหนินินทาหรอก ไปบังสุกุล หรือไปเทศน์ในงานมงคลอันไหนก็ใช้สบงตัวเก่า จีวรตัวเก่า เขาก็ไม่ว่า ไม่เหมือน-ฆราวาส

แต่บทสวดเขาถือ เขานิยมสวดอันไหนงานใด เช่นทำบุญอายุ ทำบุญวันเกิด ทำบุญขึ้นบ้านใหม่ ทำบุญมงคลสมรส การสวดการสร้อยเขาก็นิยมติดนั่นติดนี่

ธรรมดาเมืองใหญ่ทำบุญหาคนล้มคนตาย เขาก็นิยมไปอีกอันหนึ่ง การสวดของเขา ถ้าพระเจ้าพระ-สงฆ์องค์ไหนไม่รู้จักอีโหน่อีเหน่ ไม่ว่าแต่ชาวบ้านใหญ่เท่านั้น ชาวบ้านนอกก็เหมือนกัน ถ้าเขาทำบุญขึ้นบ้านใหม่เรือนใหม่ เขาทำบุญเอาลูกเอาผัว ทำบุญมงคลบ้านพระเจ้าพระสงฆ์ไม่รู้จักอีโหน่อีเหน่อะไร ก็ไป กุสลา ธัมมา อกุสลา ธัมมา เช่นนั้น เขาก็ดูถูกนินทาเอาเหมือนกัน

เพราะเหตุใด เพราะเขาว่า ไม่ใช่คนตาย ทำไมจึงมาสวดอย่างนั้น พระองค์นี้มาแต่วัดไหนกันนะ ทำไม่

ถูกต้องตามกาลเทศะ นี่ส่วนพระส่วนเจ้า เขาถือเขานิยมทางวาจา ทำไม่ถูกต้องตามกาลเทศะ ตามความนิยมของเขา เขาก็รังเกียจ ส่วนฆราวาสนิยมการแต่งตัว พระเจ้าพระสงฆ์นิยมการสวดในงานต่างๆ สุดแต่ความนิยม

แต่ความจริงแล้ว ไม่ผิดถูกอะไร ธัมมะที่พระพุทธเจ้ากล่าวไว้เป็นมงคลก็ดี เป็นงานอัปมงคลก็ดี *ธัมมะท่านล้วนกล่าวไว้สอนใจของตน ไม่ใช่สอนใจผู้อื่นสิ่งอื่น* ถ้าสวดกุสลา ธัมมา อกุสลา ธัมมา ก็สอนใจให้พิจารณาความเกิด ความตายของมนุษย์ จะเอาไปพูดไปบอกใครเมื่อเวลาตายแล้ว มันมัวนิยมกันไปทำนองนั้น

ให้ดูคนตายเป็นหลักฐานพยาน การเกิดมาก็แสวงหาทุนทรัพย์ ตั้งแต่วันเกิดจนกระทั่งวันตาย ตายไปแล้วได้ข้าวของเงินทองอันใดไปบ้าง เขาเอาไปเผาไปฝัง ญาติพี่น้องตามส่งเสียถึงไหน ให้เราพินิจพิจารณาเพื่อเตือนสติเตือนใจ

แสวงหาข้าวของเงินทองมาตั้งแต่วันเกิดจนกระทั่งวันตาย ตายไปแล้วก็ไม่ได้อันไหนเลย มนุษย์เรานี่นะผ้าผ่อนท่อนสไบเขาให้ไปก็เล็กๆ น้อยๆ ตายแล้วก็ยัง

เผาไฟ ฝังดินทิ้ง ไม่มีอันใดติดตนตามตัวไป ก็ยังแสวงหาไม่เป็นอันหลับอันนอนอันหยุดอันอยู่ น่าสงสาร ทำเสียแทบล้มแทบตาย

เวลาตายจริงจังไม่มีอันใดติดไป ข้าวของเงินทองที่หามาไว้ก็อยู่กับโลก จะหลงใหลใฝ่ฝันอะไรกันนักกันหนา *จิตใจของเรานี่ควรจะได้แก้ไข* ความโลภ โลภของใจ มันไม่มีอันใดจะติดตนตามไป นอกจากกุศลอกุศลที่ตนสร้างไว้ภายใน ความดีความชั่วที่เราสร้างไว้ภายในเท่านั้นที่ติดต้อยห้อยตามไป ส่วนสมบัติ-พัสถานภายนอก ไม่ว่าผู้ใดตายไป ก็ไม่มีใครหอบหิ้วหาบหามไปได้

ให้เราวินิจฉัย ให้เราพิจารณา ไม่ให้ใจมันเกิดกิเลสตัณหา ไม่ให้ใจมันเกิดความยุ่งเหยิงวุ่นวายจนเกินเหตุเกินผล เราเกิดมาก็จะตายไปเหมือนๆ กันกับคนที่ตายไปนั่น เอาหลักฐานพยานตรงนั้น

เมื่อเราตายไปแล้ว ข้าวของเงินทองเอาไปไม่ได้ทิ้งไว้ให้ลูกให้หลานให้สงสารต่อไป สิ่งที่ติดตนตามตัวไปก็คือคุณงามความดีหรือความชั่วที่เราสร้างมาแล้ว เวลาตายไปจะไปรักษาศีลให้ทาน ภาวนาก็ไปไม่ได้ มีแต่ร่างกายก็เอาไปเผาไปฝังเท่านั้น ไม่มีอันใดที่มีคุณค่าสาระให้

วัวควายตายก็ยังมีคุณค่า เขาของมันก็ขายได้ หนังก็ขายได้ เนื้อก็กินได้ คนตายไปไม่มีคุณค่าอะไร หนัง เขา ก็ไม่มีใครรับเอาไป ทำเกือก ทำกระเป๋า สักครั้ง อันใดก็ไม่มีคุณค่าสาระให้ แต่เราก็หลงใหล มืดมิดปิดบังอยู่นั่นกับโลกอันนี้ ไม่ได้ชำระใจ ไม่ได้พิจารณา

ให้เราพิจารณาหาทางแก้ไข ให้ใจของเรารู้แจ้งเห็นจริงอย่างนั้น ก่อนที่เราจะล้มหายตายไป ความจริงเดือนปีที่ผ่านไป *เราจะต้องสะสมคุณงามความดีเอาไว้เพื่อเป็นกำไรของชีวิต*

เราสะสมเอาไว้ คุณงามความดีส่วนใด ส่วนนั้นแหละเป็นของที่จะติดตนตามตัวไปในภพข้างหน้า เพราะคุณงามความดีนั้น มันไม่ได้ตายไปด้วยกับร่างกายของเรา มันฝังเข้าไปสู่ใจของเรา มันติดอยู่กับใจของเรา *ใจของเรามันไม่ตาย*

ถ้าใจมันตาย มันก็ไม่ได้เกิดอีก *ผู้ที่ใจตายคือพระอรหันต์* ไม่มีภพมีชาติต่อไป ใจไม่ก่อภพก่อชาติอีก ตายจากโลกจากสมมติ ตายจากเกิดจากแก่จากเจ็บจากตายอันนี้ จะว่าตายดับตายวายก็ถูก ดับวายกิเลสตัณหา ความทุกข์ยากลำบากรำคาญต่างๆ นานาไม่

ได้เกิดในจิตในใจของท่านอีก ท่านไม่ได้ก่อภพก่อชาติ เสวยกรรมอย่างพวกเราธรรมดา

พวกเราธรรมดาที่มีกิเลสตัณหานี่ อาศัยกรรมมาเกิด ท่านจึงให้*สร้างคุณงามความดีเอาไว้* หัดจัดหา *เมื่อเวลาไม่ทันตาย* จะทำอันใดทำเสีย กำลังหูแจ้งตาใส อย่าไปคิดหวังผลหวังกำไรจากคนอื่น ตายแล้วจะให้ลูกทำทานให้ จะให้ผัวทำทานให้ ให้เมียทำทานให้ ให้พี่ให้น้องทำทานให้ อย่าไปคิดอย่างนั้น

ถ้าคิดอย่างนั้น บางทีมันผิดหวัง เพราะเราไม่มีสติแน่นอน ว่าจะไปรอนั่นรอนี่ คอยรับสิ่งรับของจากคนนั้นคนนี่ มันไม่รู้จักที่ที่จะรอ ที่จะอยู่ ถ้ามีนัดกันไว้ ตายไปแล้วให้ทำบุญสุนทานให้นะ จะไปรอรับอยู่นั่น อยู่นี่ มันก็ยังมีทางจะได้จะถึงบ้าง

อันนี้บุญกรรมที่เราทำไว้ บาปกรรมที่เราทำไว้ ตายไปเมื่อใด มันจะพาเราไปสู่คติต่างๆ ความชั่วเราไม่อยากไป มันก็ได้ไปชั่ว ไปเกิดเป็นสัตว์นรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน คนเขาทำบุญส่งสิ่งของไปให้ก็ไปไม่ถึง สิ่งของที่เขาอุทิศไปให้ เขาทำไปให้ มันก็ไม่เหมาะสมกับคตินั้นๆ

อย่างมาเกิดเป็นมนุษย์ก็เหมือนกัน เป็นมนุษย์แล้ว เขาอุทิศบุญไปให้ มันก็ไม่ได้รับ เพราะมันมีอยู่มีกินมีใช้มีสอยของมนุษย์อยู่แล้ว ไปเกิดเป็นเทพบุตรเทพธิดาก็เหมือนกัน นอกจากเกิดเป็นเปรต

เปรตก็มีหลายประเภท หลายจำพวก ปรทัตตูป-ชีวีเปรตเท่านั้น คือเปรตจำพวกเดียวที่จะรับผลทานของญาติมิตรได้ เรามันไม่แน่นอนอย่างนั้นนี่ จะได้ตายไปแล้วไปเกิดเป็นปรทัตตูปชีวีเปรตคอยรอรับอยู่นะ ให้ทำบุญอันนั้นอุทิศให้ ทำบุญอันนี้อุทิศให้

มันไปรออย่างนั้นไม่ได้ เพราะผลกรรมที่ทำไว้มันผลักดันไป ให้ไปเกิดในสถานที่ต่างๆ มันจึงยากแสนยาก ไม่ใช่ธรรมดาที่ได้มารับบุญรับกุศลจากพี่จากน้องจากเมียจากผัวที่อุทิศให้มันลำบากรำคาญ

ผู้มีสติปัญญาท่านจึงสะสมคุณงามความดีเอาไว้ในกายในใจของตน ทานศีลภาวนา รีบเร่งกระทำบำเพ็ญให้มีในกายในใจของตน เมื่อมันมีสมบูรณ์อยู่แล้ว จิตใจมันเยือกมันเย็น มันเห็น มันรู้ ถึงยังไม่ทันหมดกิเลสตัณหา เมื่อใดตายไปก็ไม่ต้องมาเกาะมาเกี่ยวให้หลวงพ่อหลวงตามากุสลาให้ ให้พระให้เจ้ายุ่งเหยิงกัน เพราะเรามีของเราอยู่แล้ว เราเตรียมพออยู่แล้ว

เราจะไปนั่นไปนี่ เราเตรียมข้าวไปกินตามทางอยู่แล้ว เราจะไปค้างคืน เราก็เตรียมเสื่อเตรียมหมอนเตรียมผ้าห่มผ้านุ่งไปพอสำหรับอยู่ พอขับพอถ่าย พอใช้พอสอย มันจึงไม่ลำบากรำคาญ

ถ้าคนไม่เตรียมตัวอะไร ไปค้างวันค้างคืน ข้าวปลาอาหารก็ไม่มีอยู่มีกิน มันก็เป็นทุกข์ เพราะเราไม่ได้เตรียมตัวไว้ จะไปดูผู้นั้นจะไปขอผู้นี้ บางทีมันก็ไม่พบบ้านพบเมือง

ทางที่เราอยู่ในโลก เรายังพอรู้จักว่า บ้านนั้นอยู่นั่น บ้านนี้อยู่นี่ ทางที่ไปข้างหน้าเราไม่รู้จักว่าบ้านใดอยู่ทางไหน จึงไม่มีที่พึ่งที่อาศัยว่าจะไปขอจากผู้นั้นขอจากผู้นี้ ไม่รู้ว่าจะไปพักไปจอดที่ไหน

พระพุทธเจ้าท่านฉลาด ท่านจึงสอนเอาไว้ให้รีบเร่งขวนขวายให้ทำเอง ให้มีในจิตในใจ *คุณงามความดีนั้นเมื่อมีในจิตในใจแล้ว มันไม่เดือดร้อนวุ่นวาย ตายเมื่อใดก็ยินดี* ไม่ได้คิดจะเอาจากพี่จากน้อง เพราะเรามีอยู่แล้ว

ตายวันนี้ ความดีเราก็มีอยู่แล้ว ตายวันหน้า ความดีเราก็มีอยู่แล้ว เพราะเราได้สะสมมาตามวันตามเวลาตามเดือนตามปีที่ผ่านไป ไม่ได้นอนใจ คนที่ทำดีเอาไว้

ความดีก็ให้ผล คนที่ทำชั่วเอาไว้ ความชั่วก็ให้ผล

ภาษิตโบราณอีสานเราจึงว่า *ใครผู้ทำดีไว้ ความดีจะคืนตอบ ใครที่ทำชั่วไว้ ความร้ายจะครอบถึง* ท่านว่า นั่นคือ กรรมดีกรรมชั่ว ผู้ใดทำดีแล้ว ความดีจะติดต้อยห้อยตามไป ผู้ใดทำชั่วไว้ ความชั่วก็ครอบงำกายใจของผู้นั้น

หากเราไม่พิจารณาด้วยใจเป็นธรรม เราก็จะว่าคำกล่าวนี้ เป็นคำที่ไม่มีเหตุมีผล เป็นคำที่ไม่ควรนำมาขบคิด นี่เราพิจารณาแล้ว ที่เขาพูดนี้ เป็นคำพูดออกจากอรรถจากธรรม จากผู้รู้ เป็นคำที่มีเหตุมีผลน่าเชื่อ น่าฟัง

เอามาสันนิษฐาน คนเราเกิดมาจำนวนพันจำนวนหมื่น มันก็ไม่เหมือนกัน หากเป็นสิ่งอื่นนอกจากมนุษย์เรานี่ มันก็จะยากอยู่นั่นแหละ นี่มนุษย์เราไม่มีเหมือนกัน นั่งอยู่ด้วยกันนี่ก็ไม่เหมือนกัน ผู้นั้นเป็นอย่างนั้นผู้นี้เป็นอย่างนี้

ไม่ว่าแข้งขาหน้าตา กายวาจาใจ อันใด ผิดกันทั้งนั้น ลูกแม่เดียวกันก็ไม่เหมือนกัน รูปร่างกลางตัวก็ผิดกัน สติปัญญาก็ผิดกัน นิสัยใจคอก็ผิดกัน *นี่ความผิดกันของมนุษย์* ท่านว่า มัน*มาจากกรรม* คือ การกระทำ

ไม่ใช่มาจากพ่อจากแม่

พ่อแม่ล้วนอยากได้ลูกแต่ผู้ดีดีทั้งนั้นแหละ ไม่ว่าพ่อแม่คนใด ผู้ทุกข์ยากลำบากเข็ญใจ ลูกเกิดมาก็อยากให้เขามีความสุขความสบาย รูปร่างกลางตัวก็อยากให้งามหลาย อย่างที่โลกเขาชมชอบล่ะ ไม่ว่าผู้หญิงผู้ชาย ตลอดสติปัญญาก็อยากให้เขาดีเขาเลิศ เขาประเสริฐวิเศษ พ่อแม่มีความคิดความเห็นอย่างนั้นทั้งนั้น

ทุกคนรักลูกยิ่งกว่ารักสิ่งอื่นทั้งหมด หากปั้นเอาได้ ทำเอาได้ ของในโลกจะมอบให้ลูกของตัวผู้เดียว ไม่มีจะมอบให้ผู้อื่นดอก เพราะความรักความหวงลูก แต่มันเป็นไปตามจิตใจปรารถนาไม่ได้

ลูกเกิดมาจึงผิดแปลกแตกต่างกัน ทั้งที่ลูกเกิดในครรภ์ จากพ่อผู้เดียวแม่ผู้เดียวกัน นี่แสดงว่ากรรมของคนที่ทำมามันผิดแปลกแตกต่างกัน ไม่ใช่พ่อแม่ท่านทำให้ แบ่งให้ เป็นเพราะกรรมที่เขาทำไว้ผิดแปลกแตกต่าง เขาจึงเป็นคนไม่เหมือนกันทั้งๆ ที่เกิดในครรภ์พ่ออันเดียวแม่อันเดียว

ผู้หนึ่งเป็นอย่างหนึ่ง ผู้หนึ่งเป็นอย่างหนึ่ง หน้าตากิริยามารยาทตลอดถึงสติปัญญาจิตใจ ผิดกันไปคน

ละอย่าง ไม่เป็นอย่างเดียวกัน เพราะบุญกรรมที่ทำไว้ไม่สม่ำเสมอกัน คือผู้หนึ่งทำดี ทั้งที่ได้เกิดในที่เดียวกัน แต่ก็มีดีทั้งกายดีทั้งใจ ดีทุกสิ่งทุกอย่าง เพราะความดีสนับสนุนให้

ผู้ที่ทำชั่ว ถึงมาเกิดในพ่อในแม่เดียวกัน มันก็ชั่วอยู่อย่างนั้น มันไม่ดีไม่วิเศษให้ ผู้พ่อผู้แม่จะไปตำหนิแต่ลูกถ่ายเดียว ก็ให้คิดถึงกรรมของตนบ้าง

เราเคยได้ทำมาเพียงแค่นี้จึงได้ลูกขนาดนี้ ไม่ใช่เราทำดีทำวิเศษ เรามีหูมีตามีจิตมีใจ ควรพิจารณา ไม่ว่าลูกว่าผัว ไม่ว่าข้าวว่าของว่าเงินว่าทอง เราเคยสั่งสมมาอย่างใด มันจึงได้อย่างนั้น ไม่ใช่ผู้อื่นหาให้

ลูกผัวก็เหมือนกันล่ะ เราหาเอง ในโลกมีรักแต่ผู้เดียวเท่านั้นล่ะ บางผู้บางคนถ้าไม่ได้ก็จะไปผูกคอตาย พ่อแม่ห้ามไว้ ถ้าเป็นผู้ชาย ทำลายบ้านทำลายเรือนว่า พ่อแม่ไม่ให้แต่งงานกับผู้นั้น จนพ่อแม่จำต้องอนุญาต

ผู้หญิงก็เหมือนกัน ความรักความชอบใจ พ่อแม่ห้ามไว้ก็เอาไม่อยู่ จนหนีตามเขาไปก็มีเพราะความรักความชอบใจขนาดนั้น แต่เมื่อไปได้ไปเสียกันแล้ว มันเป็นไปอีกอันหนึ่ง มันไม่ดีไม่งามให้ ไม่เหมาะไม่สมให้

เกิดทะเลาะเบาะแว้ง ไม่สามัคคี ถึงขั้นทิ้งกันไปก็นับไม่ถ้วน ฆ่ากันตายก็มี มันเป็นยังไงถึงเป็นอย่างนั้น

เคยเทศน์ว่าเฒ่าสองเฒ่า เกิดขึ้นมา ทุกข์ยากปากหมอง ต่างคนก็ต่างอดต่างอยาก ต่างทุกข์ต่างยาก ก็มาชอบมาพอมารักมาใคร่กัน เอากันเป็นผัวเป็นเมียอยู่ด้วยกันมา หาเช้ากินเย็น พอเป่าหัวหญ้า พอได้กินเป็นวันเป็นเวลาเท่านั้น จะร่ำจะรวยอันใดก็ไม่เคยได้ร่ำได้รวยให้ มีแต่บ่น

เจ้าผู้ชายก็ว่า เป็นเพราะเจ้านี่แหละ พาให้ข้อยทุกข์ข้อยยาก ความจริงไม่ว่ามันเป็นเพราะผู้ใด ก่นแต่บ่น...บ่น...ไม่หยุดปาก หยุดคอ ไม่ได้คิดว่า เป็นเพราะกรรมของเรา ผู้ผัวก็คิดตำหนิแต่เมีย

ผู้เมียก็ตำหนิแต่ผัว คำบ่นคำว่าเหล่านี้เลยร้อนเลยดังขึ้นไปถึงหูพระอินทร์ ท่านพระอาจารย์ฝั้นท่านเทศน์ว่างั้น พระอินทร์เลยลงมาให้เสี่ยงสายชะตาดู ว่ามันเป็นเพราะผู้ใดแท้ๆ

พระอินทร์มาบอกว่า ท่านเป็นพระอินทร์ผู้มีฤทธาศักดานุภาพ วันไหนก็ได้ยินแต่พวกเจ้าบ่นกล่าวโทษให้กัน ผู้นั้นว่าตัวทุกข์เพราะผู้นี้ ผู้นี้ก็ว่าทุกข์เพราะผู้นั้น บัดนี้ข้อยจะให้สูเจ้าเสี่ยงสายชะตาดู มันจะเป็น

เพราะอันใดแท้ เป็นเพราะผู้ใด หากเจ้าชอบสายไหน ให้เจ้าเอาสายนั้น

พระอินทร์สั่งให้หลับตา แล้วพาลงไปในที่แห่งหนึ่ง ในที่แห่งนั้นมีสายชะตาของโลกทั่วโลกรวมอยู่ในจุดนั้น เป็นสายทิพย์ ใยไหม ใยฝ้าย รุ่งโรจน์เต็มอยู่ในนั้น ท่านว่า ผู้ใดชอบสายใด ผู้ได้ยินดีสายใดก็ให้เอาสายนั้น ไปเลือก หลับตาลงไป แล้วค่อยลืมตา จะเห็นสายชะตาของพวกเจ้า สายชะตาของสัตว์ทั่วโลก เจ้าชอบอันไหนในนี้ อันใดเจ้าชอบเจ้าพอใจ อันใดเจ้าถือว่าดีวิเศษ ให้เจ้าเอาอันนั้น

พ่อเฒ่าก็จ้องดู เลือกหา เพราะมันหลายต่อหลาย ในที่สุดก็ชอบพอใจในสายนั้นมากกว่าเพื่อน ของเหล่านั้นก็มีดาษดื่น แต่ไม่ชอบ เจ้าชอบสายนี้ก็จับสายนี้นะ หลับตา ข้อยจะพาขึ้นไป หลับตาขึ้นไปก็เอาสายของเก่านั่นแหละ

แม่เฒ่าลงมาก็ทำนองเดียวกัน สายชะตานี่ ท่านว่าสายกรรม มันหนีไปไม่ได้ มันตกอยู่ในกรรมที่เราทำไว้สร้างไว้ ถึงอยากได้มากมายหลายหลวงขนาดไหน แต่เราไม่เคยสะสมเอาไว้ มันก็เพียงแค่นั้นล่ะ มันไม่พอจะก้าวหน้าเจริญรุ่งเรืองไปได้ จะได้จะมี ก็

ถูกอันไหนอันหนึ่งมาตัดรอนเสีย นี่คือกรรมของตนที่เคยสะสมมาแต่เก่าก่อน มันเพียงแค่นั้น

อย่างปีนี้ข้าวแพง กระสอบหนึ่งๆ เขาซื้อมาราคาตั้งหกร้อยกว่าบาท แต่เวลาเรามีข้าวมีน้ำ มันไม่เคยขายได้สักที เวลาเราไม่มีซื้อกินมันก็แพง ครั้นเรามีข้าวเต็มยุ้งได้ขายยังงี้ เราเป็นเศรษฐีนานแล้ว นี่มันไม่เป็นทำนองนี้เสีย

เวลาเรามีราคาก็ตกเสีย เวลาเราอดเรายากมันก็ราคาแพง ทำรั้วทำสวนทำปอทำฟางก็เหมือนกันนั่นแหละ เวลาเรามีข้าวของพอจะซื้อจะขาย ราคาก็ไม่ดีมันก็ได้น้อย เวลาเราไม่มี ของนั่นก็ขึ้นราคา นี่คือกรรมของเรา มันไม่มีทางจะมั่งจะมีจะร่ำจะรวยให้

หรือถูกจังหวะขายได้มีเงินมีทองติดกระเป๋าขึ้นมา ผู้นั้นเกิดป่วยนี่ ผู้นี้เกิดเป็นนั่น มีอันเสียไป เลยไม่ได้ไม่รวย นี่คือกรรมมันตัดรอนไว้

กรรมของคนจึงเป็นของตามทัน เป็นสิ่งที่ผลักดันให้ตนตกไปสู่ที่ดีที่ชั่วได้ ไม่ใช่อันอื่นผลักดันให้ ให้พินิจพิจารณา ผู้อยากร่ำอยากรวยข้าวของเงินทองให้หมั่นกระทำบำเพ็ญกุศลเอาไว้ ปลูกสร้างเอาไว้คุณงามความดี อย่าเป็นคนตระหนี่เหนียวแน่น อย่าเป็นคนเห็นแก่ได้แก่รวย

เรามีน้อยก็ทำไปตามกำลังของเรานั่นแหละ ท่านมีเงินล้าน ท่านให้ทานเป็นแสน เรามีเงินร้อย เราให้ทานบาทหนึ่งก็เท่ากันนั่นแหละ เพราะกำลังของเราเพียงแค่นั้น ไม่ใช่ท่านให้ทานเป็นแสนจะได้บุญได้กุศลหลายกว่าเราทานบาท

เพราะท่านมีล้าน ท่านทำทานแสน เรามีร้อยเราทานบาท มาคิดเทียบเท่ากันแล้ว เราทานบาทยังมีมากยังได้ทำทานมากกว่าคนที่ทานเงินแสนทานเงินล้าน การเสียสละในใจเป็นไปทำนองนั้น

อย่าไปคิดว่า เราไม่มีของดิบของดีจะไปกินไปทาน น่าอายท่านเลยไม่ให้ไม่ทำหรอก รอไว้ให้มีของดิบของดีเสียก่อน ถ้าอย่างนั้นไม่ได้ให้ได้ทำตลอดวันตลอดชาติ

จะไปเทียบกับผู้ท่านร่ำท่านรวย อยากทำกุศลมันไม่ได้ เพราะกำลังของเราไม่ให้ *เราทำด้วยศรัทธาของเรา* ทำด้วยกำลังของเรา มันพอทำได้ พูดถึงคนทำแบบนั้นด้วยการเสียสละในใจ ด้วยการสะสมคุณ-งามความดี ก็ถือว่าเป็นการสะสมบุญ เกิดมาภพชาติข้างหน้า ยังไม่ทันสิ้นกิเลสตัณหา อำนาจที่ได้สะสมเอาไว้ ทานเอาไว้ มันก็ออกดอกออกผลให้

เหมือนกันกับเราหว่านข้าวกล้า จะไปเสียดายว่า ไปหว่านนี่ปูมันจะกัด ตั๊กแตนมันจะกิน มันก็ไม่เป็นนาเป็นรวงให้ เลยไม่ไปหว่านมันล่ะ

หลายปีหลายเดือนเข้าหนูมันไปกัดไปกิน เลยเอามาหุงต้มกินเอง มันก็ไม่ออกดอกออกผลให้ ถ้าเราเอาไปหว่านไปปลูกไว้ มันก็ออกดอกออกผล

แต่การหว่านก็ต้องเลือกสถานที่ การทำบุญสุน-ทานก็ทำนองเดียวกัน พระพุทธเจ้าท่านไม่ได้สอนให้ทำสุ่มสี่สุ่มห้า ว่าเป็นพระเป็นเจ้าเป็นวัดเป็นวา ทำไปสถานที่ใดก็เหมือนกันนั่นล่ะ อย่าไปคิดทำนองนั้น

โลกอันนี้มันไม่เหมือนกัน แผ่นดินยังไม่เท่ากัน คนก็ไม่เสมอกัน แผ่นดินที่ดีมีความสมบูรณ์ได้ปุ๋ยก็มี แผ่นดินมันแห้งมันแล้ง มันจืดมันจาง ปลูกอะไรไว้ ก็ไม่เป็นผลเป็นกำไรให้ มีแต่ปลูกคอยเหี่ยวคอยตายก็มี

คนทำนาทำสวนต้องเลือกสถานที่ ไม่ใช่ว่าที่ดินไหนก็จะปลูกไปหมด การทำบุญสุนทาน ผู้มีปัญญาก็ต้องเลือกหาว่า สถานที่ใดที่สมควรจะทำ พระพุทธ-เจ้าท่านสอนทำนองนั้น *สอนให้คนมีปัญญา* ไม่ได้สอนให้คนไปทำสุ่มสี่สุ่มห้า

ถ้าทำถูกต้อง ปลูกน้อย ทำเหมาะทำสม ผลกำไรก็ออกให้เต็มที่เต็มฐาน มีลูกปืนลูกเดียว ไม่ว่าหลักว่าตอก็ยิงโป้งใส่ไปหมด ถ้าเนื้อถ้ากวางมาก็ไม่ได้ยิง ของเราน้อย เราก็ต้องเลือกทำให้ถูกต้อง เงินเราน้อย ของจำเป็นจริงจังเราจึงใช้ อย่าไปใช้สุ่มสี่สุ่มห้า วางเรี่ยวางราด

เราปลูกเราทำน้อยก็ต้องเลือกสถานที่ทำ เผื่อให้มันออกดอกออกผลได้กำไรเต็มเม็ดเต็มหน่วย พระพุทธ-เจ้าท่านสอนอย่างนั้น ท่านไม่ได้สอนสุ่มสี่สุ่มห้า เราก็มีหูมีตา มีจิตมีใจที่จะดูจะฟังจะคิด ส่วนไหนมันดีมันชอบ มันถูกต้องมันเหมาะสม เราก็ต้องทำในที่นั้น เมื่อทำไปแล้ว ดอกผลไม่มีคนอื่นจะมารับ เหมือนกันกับเราทำไร่ทำนา ทำไปแล้ว ไม่ใช่คนอื่นจะมาเก็บมาเกี่ยวเอาของเรา

เราเองเป็นผู้เก็บผู้เกี่ยวเป็นเจ้าของของพืชของผลของข้าวของน้ำที่เราปลูกไว้ แต่นั่นยังไม่แน่นอนแท้ของของโลก วัวควายมันก็กินได้ คนอื่นก็มาขโมยไปบางกาลบางสมัย แต่บุญสิ ไม่เป็นทำนองนั้น วัวควายมากัดไม่ได้ ไฟไหม้ไม่ได้ น้ำท่วมไม่ได้ ไม่มีขโมยผู้ใดจะมาลักเอาไป

ถ้าเราทำไว้แล้ว ของนั่นเป็นของของเราแน่นอน ไม่ได้กลับเป็นของคนอื่น นี่คือบุญคือกุศลภายใน หมั่นพินิจพิจารณาแสวงหาไว้ คนที่จะร่ำรวยสมบูรณ์ด้วยทรัพย์สมบัติ ก็เพราะอาศัยการทำบุญสุนทานเอาไว้ เราจะประมาทกันไม่ได้

บางคนเกิดขึ้นมาก็แสวงหาตั้งแต่น้อยจนใหญ่ จนเป็นปู่เป็นย่าเป็นตาเป็นยาย ป่านนี้ก็ยังไม่มั่งไม่มีอะไร เด็กเกิดมาวันนี้วานนี้ ก็ร่ำก็รวย มันไม่แน่ บุญกุศลเขาร่ำเขารวย ผู้หลานรวยกว่าปู่กว่าย่าก็นับไม่ถ้วนเราเคยเห็น

ทั้งๆ ที่ทุกคนอยากได้ แต่มันยิ่งไม่ได้ตามใจหมาย คนถ้าไม่มีบุญ แสวงหาอันใดก็ไม่ถูกต้องถูกทางให้ได้มาก็มีอันเป็นไปในทางเสื่อมทางเสีย นี่คือคนที่ไม่มีบุญ คนอาภัพ

คนที่มีบุญทำอันใดก็ถูกจังหวะให้ ทำอันใดก็ถูกจังหวะ เลยก้าวหน้าเจริญทั้งทรัพย์สมบัติ คนที่บุญร่ำรวยทั้งสมบัติพัสถาน อาศัยการให้ทานเต็มที่ ทั้งส่วนร่างกายก็สวยสดงดงาม อาศัยศีลการรักษากายวาจาของตน

คนที่รักษาศีลมีร่างกายสวยสดงดงาม ไม่มีโรคภัยเบียดเบียน คนที่มั่งมีข้าวของเงินทองสมบูรณ์ขนาดไหน แต่โรคภัยเบียดเบียน หน้าตาบึ้งบูด ไม่มีผู้ใดชอบเนื้อพอใจ ให้คบกับผู้ใดก็ไม่มีผู้ชอบ อย่างนั้นก็ไม่-เหมาะไม่สมให้

สมบัติพัสถานข้าวของเงินทองสมบูรณ์ ร่างกายก็สวยสดงดงาม โรคภัยไข้เจ็บไม่เบียดเบียน นี่ก็เป็นที่ปรารถนาของคนหลาย ใครเห็นก็อยากได้ ใครเห็นก็ต้องการ ไม่ว่าตัวเองหรือคนอื่นต้องการอย่างนั้น

เมื่อเป็นอย่างนี้ ขณะที่เรามีชีวิตอยู่ ทานเราก็ควรกระทำ เกิดสมบัติลาภผลต่อไปในชาติข้างหน้า ศีลเราก็ควรรักษา เพื่อความสวยงามของตัว เพื่อไล่โรคภัยไข้เจ็บ อยู่เย็นเป็นสุข

นี่คือทานศีลให้ผลต่อคนที่กระทำบำเพ็ญ ภาวนาคือการอบรมใจให้รู้จักผิดถูกชั่วดี ให้รู้จักสงบเยือกเย็นเป็นความฉลาด

คนมีข้าวของเงินทองมาก มีร่างกายสวยสดงดงามปราศจากโรคภัยไข้เจ็บ แต่สติปัญญาไม่ดี ก็ไม่น่าจะเอา ยิ่งเสียจริตไปแล้วไม่มีผู้ใดปรารถนา สมบัติจะมีมากมายหลายหลวงปานใด ก็ไม่มีปัญญาสามารถ

ที่จะรักษาไว้ได้ หรือจะนำไปเพื่อความเจริญก้าวหน้าได้ มีแต่จะเสื่อมจะเสียไป ฉะนั้นท่านจึงให้ภาวนาอีก

นี่คือทางสามเส้น หรือบันไดสามขั้นที่พวกเราควรจดจำเอาไว้ปฏิบัติ ยังไม่ทันล้มหายตายไปปฏิบัติได้ ทานก็ทำไปตามมีตามเกิดของเรา ศีลเราก็ควรรักษาเวลาที่จะรักษา เพราะศีลมีอยู่กับกายวาจา รักษายามใดก็ได้ ไม่ได้ไปขอกับพระกับเจ้า เรารักษาเอง ความชั่วความเสียต่างๆ นานาที่ท่านห้ามไว้ มันก็เป็นศีลขึ้นในกายในใจของเรา

ภาวนาก็เหมือนกัน กำหนดจิตกำหนดใจของเรานี่ ไม่ได้ไปแสวงหาโน่น หาที่ยาก จะบริกรรมพุทโธ พุทโธ หรือเราจะกำหนดลมหายใจเข้าออก มันก็พอกำหนดได้

เพราะลมหายใจก็อยู่ในจมูกของเรานี่ พุทโธ ธัมโม สังโฆ ก็มีอยู่ในใจในกายของเรา ระลึกนึกเอา ทำจิตทำใจให้ปล่อยวางสัญญาอารมณ์ ให้สงบเยือกเย็นลงไป ให้ใจได้รับความสุขความสบาย นี่คือการภาวนาละสัญญาอารมณ์ ละกิเลส ผู้ใดทำได้ผู้นั้นมีสติมีปัญญา เกิดมาในภพใดชาติใด จะเป็นผู้รุ่งเรืองสว่างไสวในชีวิตไม่อาภัพอับจนทุกสิ่งทุกอย่างไป

กิเลสก็ไม่มีความหมาย ถ้าใจมันไม่สุข กายจะเป็นสุขก็ไม่เป็นสุขให้ ครั้นใจมันสุข ไม่ว่าอยู่ว่าตาย มันก็สุขก็สบาย ไม่ต้องไปหาครูบาอาจารย์ หาพระหาเจ้าให้วุ่นให้วาย มากุสลา ธัมมา อกุสลา ธัมมา ให้ดอก เพราะท่านรู้จักแล้ว ความฉลาด ความไม่ฉลาด ความดี ความชั่ว จะไปหามายุ่งเหยิงลำบากทำไม

เพราะความดีความชั่ว เราได้พิจารณาแล้ว ได้แสวงหามาพอแล้ว ไม่ต้องไปขอจากคนอื่น ไม่ต้องไปเอาจากคนอื่น แต่มีอยู่กับเรา เราก็กินไม่ได้ใช้ไม่หมดอยู่แล้ว ความดีของเราน่ะ

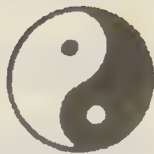
นี่คือคนฉลาด แสวงหาทำความดีเอาไว้ ในเมื่อยังไม่ทันตาย ตายไปแล้ว ยังจะไปเคาะโลงโป๊ก...โป๊ก...กินอันนี้ อีแม่ กินนะ อีพ่อ มันจะรู้จักอีโหน่อีเหน่อะไร หามไปเผาไฟยังไม่สนกองฟอน ฝังดินกลบจมูกมันก็ยังไม่ว่า

ให้พินิจพิจารณาคุณงามความดีเอาไว้ อย่าไปคิดว่า ชีวิตของเรามันหมดความหมายหมดหวัง *ถ้าเราคิดทำความดี มันยังมีทางที่จะทำดีไปได้* อย่าไปตีตนตายก่อนไข้ ว่าเราอด เราจน เราทุกข์เรายาก เราลำบากรำคาญ ทำอะไรก็ไม่ได้

มันได้อยู่ทั้งนั้นล่ะ ถ้าฉลาดทำ ครั้นไม่ฉลาดทำ มันจึงไม่ได้ โลกอันนี้ ท่านจึงว่า โลกไม่จน มันพอทำเอาได้ ผู้ที่ฉลาด ไม่ว่าโลกภายนอก ไม่ว่าโลกภายใน โลกภายนอกคือกาย โลกภายในคือใจ โลภายนอกคือโลกทั่วไป โลกภายในคือตัวของเรา พิจารณาหาทางปรับปรุงบำรุงมันในทางที่ดี ก็ดีทั้งนั้น

ถ้าเราไม่รีบร้อนกระทำบำเพ็ญ คอยวันตายเสียก่อนค่อยให้ลูกหลานทำบุญสุนทานหา นั่นคนหมดปัญญา คนไร้ค่า

(เทปหมด)



บุญข้าวสารท

ท่านพระอาจารย์สิงห์ทอง ธัมมวโร

เทศน์ ณ วัดป่าแก้ว วันที่ ๖ กันยายน ๒๕๒๒

(ถอดความจากคำเทศน์ภาษาอีสาน)

จะพูดให้เด็กน้อยฟัง เออ...หลวงพ่อจะพูดธัมมะธัมโมให้ฟัง อย่าพากันกระแอมกระไอ พูดกันคุยกัน เวลาฟังธรรม เคารพในเรื่องของธรรมจึงจะเป็นบุญ ถ้าเราไม่เคารพ มัวแต่พูดแต่คุยกัน ท่านพูดอะไรไม่ได้ยินได้ฟังเลยไม่เข้าใจ ใจก็ไม่ได้ผลได้ประโยชน์

นอกจากนั้นยังรบกวนประสาทของผู้อื่นที่ตั้งอกตั้งใจฟัง เป็นบาปเป็นกรรม เกิดมาชาติหน้าแล้วหูหนวก ใครพูดอะไรก็ไม่ได้ยิน เพราะตัวไปรบกวนเมื่อเวลาผู้อื่นเขาตั้งจิตตั้งใจเป็นสมาธิภาวนา ฟังธัมมะธัมโม เราก็พูดความนั้น คุยความนี้ ไม่ได้เคารพในอรรถในธรรม มันไม่ดี เป็นบาปเป็นกรรมแก่ตัวเอง ใช่ไหมล่ะ

หูหนวกในชาติหน้า ได้ลูกได้เต้ามาก็หูหนวก พ่อแม่เรียกเท่าไร บอกเท่าไร มันก็ไม่ได้ยิน ใครก็ไม่อยากได้แบบนั้น ครอบครัวใดได้มาก็ทำให้ครอบครัวนั้น

เสียหาย แม่ก็หูหนวก พ่อก็หูหนวก ถ้าเราไม่อยากได้ให้ระวังรักษาเวลาท่านพูดจาสั่งสอน พินิจพิจารณาเคารพในธัมมะ

แม้แต่สัตว์เดรัจฉานฟังไม่เข้าอกเข้าใจ มันยังได้ไปสวรรค์ ตามที่ท่านกล่าวไว้ ค้างคาวได้ยินเสียงธรรมมันรื่นเริงบันเทิงใจ ยินดีเลื่อมใส เมื่อตายไป มันก็ได้ไปเกิดเป็นเทพบุตรเทพธิดา

ท่านว่าธัมมะสามารถช่วยชีวิตของสัตว์ของมนุษย์ให้ได้รับความสุขความสบายอย่างนั้น

เราล่ะ มีแต่ *โอ้ละน้อ* ขึ้นจึงค่อยอยากฟัง ครั้นไม่ใช่ *โอ้ละน้อ* ก็ไม่อยากฟังกัน ฟังแบบนั้นมันไม่เป็นผลเป็นประโยชน์อันใดดอก ฟังร้องฟังรำ ฟังให้จิตให้ใจของเราเพลิดเพลินหลงใหล มัวเมา ประมาท เกิดราคะตัณหาเกิดบ้าเกิดบอขึ้น

หากเราฟังธัมมะธัมโมเป็นเรื่องที่ได้ความรู้มาประดับตัวของเรา อันไหนดี ท่านก็สอนให้ขยันให้ทำ อันไหนชั่วท่านก็บอกให้ละให้ถอน นี่คือสอนเรื่องธรรม *ธรรมเป็นเรื่องที่สอนคนให้รู้จักผิดถูกดีชั่ว*

การร้องการรำนั่นทำให้เสริมเรื่องกิเลสตัณหาราคะขึ้น เพราะยุเย้าส่งเสริมรูปเสียงต่าง ๆ ให้จิตใจคิดนึกปรุงแต่งไปในทางชั่วทางเสีย

โดยปกติใจก็มีความชั่วความเสียอยู่แล้ว เหมือนกันกับไฟมันก็มีอยู่แล้ว เราเอาขี้ผงไปใส่ มันก็ลุกเผาไหม้ขึ้นใหญ่ จิตใจของเราก็มีราคะตัณหาอยู่แล้วทุกคน พอไปเห็นอากัปกิริยาที่เขาทำท่าทีอย่างนั้นอย่างนี้ เขาร้องเขารำให้เพลิดให้เพลิน มันก็หลงไปใหญ่

บางผู้บางคนห้ามจิตห้ามใจไม่ได้ ก็เลยเสียเนื้อเสียตัวไป เพราะไม่เคยได้ยินได้ฟัง ไปเห็นอากัปกิริยา ไปเห็นเรื่องราวต่าง ๆ นานาซึ่งยั่วยุจิตใจให้ปั่นป่วน ให้เร่าร้อนมันเป็นไปได้

แต่คนก็นิยมชมชอบเรื่องอย่างนั้นมากกว่าเรื่องธัมมะ เพราะเป็นเรื่องพายเรือตามกระแสน้ำ ไม่พายมันก็ไหลอยู่แล้ว มันก็เลยนิยมกัน เสียเงินเสียทอง เสียข้าวเสียของเสียวันเสียคืน ก็ยินดีไปดูไปชมไปฟังกัน

ฟังมาแล้วได้อะไร นอกจากได้ความคิดความปรุงของใจไปในทางชั่วทางเสีย เรื่องที่มาปรับปรุงจิตใจให้ดิบให้ดีไม่ใคร่มีดอก ครั้นไม่อย่างนั้น มันก็ไม่เพลินคนก็ไม่ชอบ อย่างเทศน์นี่ละคนไม่ใคร่ชอบ

เหตุใดจึงไม่ใคร่ชอบ มันไม่ยั่วยุจิตใจให้เพลิดเพลินให้มัวเมา *ท่านบอกท่านสอนสิ่งที่เป็นสาระประโยชน์แต่จิตใจของเราไม่อยากเอาเรื่องเอาราวให้* มันอยาก

ไหลไปทางต่ำทางชั่วอยู่อย่างนั้น ฉะนั้นการมาฟังเทศน์ฟังธรรมจึงมีน้อย การเข้าบาร์เข้าป่า เข้าโรงลิเกโรงหนังมันจึงมาก

ฟังธรรม ฟังเป็นกาลเป็นสมัย ไม่ได้เสียค่าจ้างรางวัลอันใด ที่นั่งของเราก็สะดวกสบายกว่าฟังร้องฟังรำดูหนัง เพราะมีที่ให้นั่งในศาลาสะดวกสบาย ไม่ถูกน้ำฝน น้ำหมอกน้ำค้างอันใดมาตกใส่ แต่เราก็ไม่เลื่อมใส ไม่ยินดี เห็นว่าธัมมะไม่เป็นเรื่องสำคัญ ไม่พาให้เพลิดให้เพลินก็เลยไม่สนใจกัน

แต่ความจริง *ธัมมะนั้นเป็นเรื่องสำคัญ สำคัญกว่าทุกสิ่งทุกอย่าง* หากผู้ที่มีธัมมะในกายในใจของตัวจะเป็นผู้เล็กเด็กน้อย ผู้เฒ่าผู้แก่ก็รักก็ยินดี เป็นลูกผู้ใดก็ดี หลานผู้ใดก็ดี หากเรามีธัมมะในตัวแล้ว ผู้เฒ่าผู้แก่ก็ยินดีเลื่อมใส

ลูกผู้ใดประพฤติตัวดีมีอรรถมีธรรม เคารพต่อผู้หลักผู้ใหญ่ เอาใจใส่ในงานบ้านการเรือนต่าง ๆ ผู้นั้นเป็นผู้ที่มีธัมมะ เชื่อฟังความผู้หลักผู้ใหญ่ ความพ่อความแม่บอกนอนสอนได้ เป็นลูกผู้ใดผู้นั้นก็มีหน้ามีตา คนนั้นก็มีคุณค่า

เป็นผู้หญิงก็ดี เป็นผู้ชายก็ดี มีผู้นำไปสรรเสริญไปยกย่อง บ้านใต้บ้านเหนือก็ว่าลูกผู้นั้นน่ะกิริยามารยาทดี๊ดี ท่านว่าทำการทำงานก็ดี ไม่ต่อถ้อยเถียงความพ่อแม่ใช้อันใดก็ทำอันนั้น ไม่ถกไม่เถียง ใครก็อยากได้ เป็นผู้หญิงเขาก็อยากได้ไปเป็นลูกสะใภ้ ผู้ชายเขาก็อยากได้ไปเป็นลูกเขย เพราะมันดี มันไม่เป็นคนมักเล่นมักเพลินไม่เป็นคนบอกยากสอนยาก เป็นคนที่บอกนอนสอนได้คือมีธัมมะในกายในใจ

เป็นผู้เด็กเล็กน้อย ผู้ใหญ่ที่เป็นพ่อเป็นแม่ เป็นป้าเป็นลุง เป็นพี่เขาก็เลื่อมใสศรัทธา เขาก็ยินดีปรารถนารุ่นเด็กเล็กแดง ซึ่งเป็นรุ่นน้องของเราก็เคารพ ว่ามีศีลมีสัตย์ประพฤติปฏิบัติตัวดี

ถึงเป็นผู้เฒ่าผู้แก่ เป็นพ่อเป็นแม่ เป็นป้าเป็นลุง เป็นพี่ชายพี่สาวซึ่งอายุแก่กว่าเรา ถ้าผู้นั้นประพฤติธรรมเราก็เลื่อมใสศรัทธาในคนนั้น

เป็นผู้เฒ่าผู้แก่ก็เป็นเจดีย์ของลูกของหลาน น่ากราบน่าไหว้ เพราะมีอรรถมีธรรม ไม่เหมือนเฒ่าที่บอกนอนสอนไม่ได้ เฒ่าที่ไม่รู้จักอรรถจักธรรมอันใด พูดความใดเขาก็เชื่อก็ฟัง เพราะผู้เฒ่ามีอรรถมีธรรมประจำกายประจำใจ มันจึงงามทั้งผู้น้อยทั้งผู้ใหญ่

ไม่เหมือนเครื่องประดับภายนอก เครื่องประดับภายนอกงามตามวัย ผู้ใหญ่ใส่งาม เด็กน้อยใส่ก็ไม่น่าดู เด็กน้อยใส่งาม ผู้ใหญ่ใส่ก็ไม่น่าดู เป็นต้นว่ากระโปรงอย่างนั้นน่ะ เด็กน้อยหรือผู้สาวใส่ก็น่าดู ครั้นผู้เฒ่าหัวหงอกหัวขาวมาใส่ โอ๊ย...หัวเราะขันกันทั่ว มันดูไม่งาม มันเป็นของที่เหมาะตามรุ่นตามวัย

ส่วน *ศีลธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าเหมาะทุกวัย* ผู้ใดประพฤติปฏิบัติตามอรรถตามธรรมที่พระพุทธเจ้าสอน ดีทั้งนั้น

ใครก็ต้องการของดี อยากได้ของดี ลูกก็อยากได้ลูกดี ผัวก็อยากได้ผัวดี เมียก็อยากได้เมียดี แต่การประพฤติดีปฏิบัติชอบ เราไม่ใคร่คำนึงคำนวณ เหมือนคนอยากมั่งมี ใครก็อยากมีอยากร่ำอยากรวย แต่ความขี้คร้านมันผิดกัน คนรวยกับคนจนมันผิดกันมาก ท่านว่า ลูกคนจนถึงมันขยัน มันว่ามันดีกว่าหมู่ในวงนั้น มันก็ยังสู้ผู้เป็นลูกคนรวยที่ว่าขี้คร้านไม่ได้

เศรษฐีจนก็ยังรวยกว่าคนจนรวย มันทำนองนั้น ฉะนั้นความดีมันทำยากกว่าการทำความชั่ว

ให้พากันพินิจพิจารณาสอนตัวของตัว อยากร่ำอยากรวย อยากสวยอยากงาม ให้ทำตามโอวาทของพระ-

พุทธเจ้า อยากรวยก็ให้ขยันขันเข็ง ทำการทำงานสอนจิต สอนใจของตนอยู่สม่ำเสมอ ความขี้เกียจขี้คร้านไม่พาให้ร่ำให้รวยได้

คนขี้คร้านมีแต่กินแต่เล่น แต่หลับแต่นอน ตื่นมาก็หากินหาเล่น หาเพลิดหาเพลิน ไม่เอาการเอางานเอาถ่านอันใด คนอย่างนั้น บ้านเมืองของเขาเป็นอย่างไร สมบัติพัสถานของเขาเป็นอย่างใด

ความเป็นอยู่ของเขาสุขดอก สุขสบายชั่วระยะเวลาไม่อยากไม่หิว มีความสุขก่อนนั้นไม่ดี มันให้ทุกข์ให้โทษภายหลัง ถ้ามีความทุกข์ก่อนแล้วได้สุขภายหลังน่ะมันดีเรื่องทุกอย่างมันเป็นอย่างนั้น ครั้นสุขก่อน ขี้คร้าน นอนเสียก่อนไม่ไปทำอะไรดอก ครั้นอยากขึ้นมา การนอนมันไม่ได้อะไรนะ

ตัวไม่ได้หามาไว้ ตื่นขึ้น อยากมาล่ะ หิว จะหาอันใดใส่ปากใส่ท้องล่ะ ไม่มี นั่นเหละทุกข์ ความขี้เกียจขี้คร้านมันทำนองนั้น เป็นมิตรในเบื้องต้น แต่เป็นศัตรูในเบื้องปลาย

เราจงขยันหมั่นเพียร ก่อร่างสร้างตัว ประกอบกิจการงานตามหน้าที่ที่เราจะทำได้ ครั้นเราขยัน เอาใจใส่ในการในงาน ข้าวของเงินทองมันมีมาดอก อย่าง

พวกญวน เขามาจากประเทศเขา มาอยู่มาพักประเทศเรา มาแต่มือเปล่า ข้าวของเงินทองอันใดก็ไม่มีติดมา มาเช่าที่เช่าบ้านทำงาน ได้ที่ดินไร่หนึ่งหรืองานหนึ่งสองงาน ไม่ทันนานก็ตั้งเนื้อตั้งตัวได้

เพราะเขาทำจริงทำจัง ปลูกอันนั้นทำอันนี้ไม่ได้ขาดได้วาง ผลที่สุด ที่ดินอันนั้นก็ได้พืชได้พันธุ์ ได้ข้าวได้ของแลกขายไปเรื่อย ๆ หมุนกันไปเรื่อย ๆ ก็เลยตั้งเนื้อตั้งตัวได้

นี่เรามันไม่เอาใจใส่ ไม่ตั้งใจจริงอย่างนั้น ก็เลยไม่ร่ำไม่รวย ไม่หาไม่มีสักที อยากมั่งอยากมีแต่ขี้คร้านทำ ถ้าเป็นอย่างนั้น ไม่ไล่ความขี้คร้านไปสักที ความมั่งมีก็มีขึ้นมาไม่ได้

เมื่อไล่ความขี้คร้านให้หนีออกไป ความขี้คร้านนั้นไม่ดี ทำให้ทุกข์ให้ยาก ทำให้เขาดูหมิ่นนินทา ไม่ใช่ทางนำมาซึ่งสมบัติข้าวของอันใด เราคิดขับไล่มันไป ตั้งใจทำการทำงานตามหน้าที่ของเราไม่หยุดไม่ถอย จะค่อยได้สมบัติพัสถานมาดอก มันไม่เหลือวิสัย

เพราะท่านว่า เรื่องงานมี เงินมี ครั้นงานไม่มี เงินก็ไม่มี เป็นคนยากคนจน นี่คือเรื่องของทางนอก หากเราขยันหมั่นเพียร ข้าวของเงินทองเราก็มีพอได้ใช้ได้สอย

ได้จับได้จ่ายไม่อดอยากยากจน

หากเราไม่ขยันหมั่นเพียรอันใด อยากได้แต่ของตกของหล่น อยากได้ทางลัด ไปปล้นไปจี้ ไปฆ่าไปตี ไปเล่นไพ่ เล่นโป เล่นบัตรเล่นเบอร์เอา มันคงรวยง่ายแน่ซื้อนิด ๆ หน่อย ๆ ก็ได้หลาย ๆ นั่นล่ะ มันฉิบหายเพราะเรื่องอันนั้น

อย่าไปคิดไปปรุง ไม่มีผู้ใดได้เป็นเศรษฐีเพราะการพนัน ไม่มีผู้ใดได้เป็นเศรษฐีเพราะการปล้น การจี้การลักการขโมยดอก มีแต่คนนั้นมันจะทุกข์จะยากลำบากรำคาญต่อไป ในปัจจุบันก็ทุกข์

คนลักคนขโมย คนจี้คนปล้น ถ้ามันขยันหมั่นเพียรทำการทำงานด้านอื่นเหมือนไปลักไปปล้นไปจี้ไปขโมยเขา ก็คงพอปากพอท้องอยู่ กลางคืนไม่ได้หยุดได้อยู่ละใกล้ไกลปานใดก็ดั้นด้นไป ไม่ได้กลัวว่างูจะกัด เสือจะกิน บุกป่าฝ่าดงไป ไปตามถนนหนทางก็กลัวคนเขาเห็น

ถ้ามันทำการทำงานอันอื่นเอาใจใส่อย่างนั้น มันก็พอเป็นพอไปอยู่ นี่มันไม่เป็นอย่างนั้น เพราะมันขี้คร้านถึงเสือถึงสิงห์มันก็ยินดี แม้แต่มาฟังเทศน์ฟังธรรมในวัดในวาก็เหมือนกัน มันลำบากรำคาญกว่าจะเข้ามาได้

แต่ถ้าหนังฉายบ้านใดไกลแค่ไหนก็ไปได้ ดึกปานใดก็อยู่ได้

นี่ใจของเรามันต่ำ มันเสื่อมมันเสียไปในทางชั่ว ให้แก้ไขจิตใจของเรา ไม่อย่างนั้นเราจะเชื่อตามแต่เรื่องของใจ ว่ามันอยากอันไหน ก็จะทำตามมัน ไปตามมัน มันก็จะไปทางต่ำทางเสียเรื่อยไป

หมั่นแก้ไขปรับปรุงจิตใจของเรา หมั่นพินิจพิจารณา หมั่นแก้ไข สิ่งใดไม่ดีก็หลีกเลี่ยงละเว้นไป *อยากได้ดีต้องทำดี* มีดีแล้วต้องรักษาดีเอาไว้ ไม่อย่างนั้นมันก็เสื่อมก็เสียไป

อยากได้ดีแต่ไม่ทำดี ดีก็ไม่เกิดขึ้นให้ เราสอนตัวของเราอย่างนั้น อยากมั่งมีก็ให้ขยันหมั่นเพียร อยากดีก็ให้ละเรื่องชั่วเรื่องเสียต่าง ๆ นี่คือธรรมที่พระพุทธเจ้าสอนพวกเรา ความดีที่เราสร้างไว้ ทำไว้ปัจจุบันทันตาก็เป็นผลเป็นกำไร ทำให้คนรักใคร่ ทำให้คนเลื่อมใส ทำให้คนไว้เนื้อเชื่อใจ

หากเราไม่มีความดีอะไรในตัวของเรา มีแต่ความชั่วไปสถานที่ใดใครก็ไม่อยากให้พักให้อาศัย ใครก็ไม่อยากคบค้าสมาคม เพราะความชั่วความเสียของตัวจะไปแปดไปเปื้อนหมู่ เขาจึงไม่อยากให้อยู่ ให้พักให้อาศัยด้วย

ความไม่ดี ความชั่วนั้น หากเราทำลงไป ไม่ใช่จะเสียแต่เรา เสียทั้งวงศ์ตระกูล เสียทั้งหมู่บ้าน เขาว่าบ้านนั้นโมฆะ ผู้หญิงชั่ว บ้านนั้นโมฆะ ผู้ชายชั่ว ขี้ขโมยมันเลยเสียไปหมดทั้งหมู่บ้าน ทั้งครูบาอาจารย์ ทั้งพ่อทั้งแม่ ลูกไม่ดี คนไม่ดีมันขายขี้หน้า

หากลูกดีคนดีล่ะ มันมีหน้ามีตา ไปสถานที่ใดก็บ้านนั้นน่ะ บ้านนักปราชญ์บ้านอาจารย์ บ้านนั้นน่ะ บ้านศีลบ้านทานบ้านภาวนา เขาก็ร่ำลือกันไป บ้านนั้นน่ะบ้านเศรษฐี ไม่มีคนอดคนจน คนขยันขันแข็งในการในงาน เขาก็สรรเสริญ ทั้ง ๆ ที่ทั้งหมู่บ้านมันไม่ได้เป็นด้วยกันทุกคนถ้วนหน้าดอก

ถ้าชั่วไปบางรูปบางนามบางผู้บางคน มันก็พาให้เสียไปดังคำท่านว่า *ปลาตัวเดียวเน่าคับข้อง* คือความชั่วของคนคนเดียว พาให้ชั่วให้เสียไปในส่วนใหญ่ ฉะนั้นเราทุกคนให้พากันระมัดระวัง เพราะเราเป็นผู้นับถือพระพุทธศาสนา *พระพุทธศาสนาสอนให้รู้ ไม่ใช่สอนให้เราหลง*

สิ่งใดมันชั่วมันเสียก็ให้พากันกำจัดปัดเป่าออกไป *สิ่งใดมันดี แม้จิตใจเราไม่ชอบ ก็พากันตั้งจิตตั้งใจกระทำความดีนั้น ๆ ให้มันเกิด มันเป็น มันเห็น มันรู้ในตัว*

ของตัว ต่อไปมันเคย แล้วมันก็ดีดอก ทำง่าย

คนบุญหาบุญได้ง่าย คนบาปหาบาปได้ง่าย ท่านว่า เราปรับปรุงตัวของเราให้เป็นบุญเป็นกุศล เพราะเรา ทุกคนเกิดมามีความแก่ติดตามมาทุกระยะทุกเวลาทุกลม หายใจ และความตายก็จะมาถึงเข้า ไม่วันใดก็วันหนึ่ง เราไม่แสวงหาความดีเอาไว้เป็นผลเป็นกำไรของชีวิต มันก็เสียไปในชาติหนึ่ง ๆ

เกิดมาไม่ได้สร้างคุณงามความดีอันใด ตายไปก็ เสียใจ ผู้เด็กก็ตายได้ ผู้ใหญ่ก็ตายได้ มันไม่ได้เลือกหน้า ไม่ว่าพระว่าเณรว่าฆราวาสญาติโยม ตายกันอยู่เรื่อย ๆ

ความตายมันแขวนคออยู่ทุกย่างก้าว ตื่นเช้าได้เห็น หน้า จึงว่ายังอยู่ คือว่ามันแขวนคออยู่อย่างนั้น มันไม่ หนีไปไหน เราเดินไปไหนมันก็ไปด้วย เรานอนมันก็นอน ด้วย เรานั่งมันก็นั่งด้วย นี่คือความตาย

ทุกคนจะต้องตาย ไม่มีใครผู้ใดจะอยู่ค้ำฟ้า เมื่อตายไป ทางศาสนา ทางบัณฑิตอาจารย์ท่านสอนไว้ว่า *บุญกุศล นั่นจะเป็นเพื่อนสองของเรา* ที่สำคัญมาก สามารถพาเรา ไปสู่สถานที่ดี คติที่งามได้ เพราะบุญกุศลสร้างไว้

เราอยากเป็นคนดี อยากมีความสุขในชาติหน้าก็ สร้างคุณงามความดีเอาไว้ อย่าไปขี้เกียจขี้คร้าน อย่า

ไปถือว่าเป็นหน้าที่ของผู้เฒ่าผู้แก่ ให้ถือว่าเป็นหน้าที่ของเรา เพราะชีวิตของเราก็ตายได้เหมือนกันกับผู้เฒ่าผู้แก่ ไม่ใช่ว่าเฒ่าแก่เสียก่อนจึงจะตายทุกคนทุกรายไป เมื่อไหร่มันก็ตายได้

เมื่อมันตายได้ ความดีไม่ทันได้สร้างไว้ มันตายไปจะไปอาศัยอะไรล่ะ ไม่มีที่พึ่งที่อาศัยมันก็ลำบาก *คนที่อยู่สะดวกสบายต้องมีที่พึ่งที่อาศัย* จึงควรสร้าง ควรอบรมความดีไว้ พินิจพิจารณาไว้ในกายในใจของเรา

วันนี้เป็นวัน *เทศกาลงานข้าวสารท* ปีหนึ่งก็มีวันหนึ่งเท่านั้นแหละ ท่านว่า *เป็นวันปล่อยสัตว์นรกออกมารับไทยทาน* จากลูกจากหลาน จากพ่อจากแม่ จากพี่จากน้อง

เราไม่มีตาทิพย์ ไม่เห็นพวกเปรตทั้งหลาย พวกผีทั้งหลายมารับไทยทานจากเรา แต่พระพุทธเจ้าหรือท่านผู้มีตาทิพย์ ท่านเห็นว่า พวกเปรตพวกผี พวกพี่พวกน้อง พวกพ่อพวกแม่ ปู่ย่าตาทวดของเรามารับเอาบุญกุศลจากเราในวันนี้ เราทำคุณงามความดีให้ทานถวายของ ไม่ว่าข้าวปลาอาหาร สิ่งของที่เราถวายทานพวกเปรตทั้งหลาย พวกผีทั้งหลายมารับเอาไป เพื่อจะได้ไปใช้ไปสอยไปอยากไปกิน

พวกนั้นไม่มีการทำมาหาเลี้ยงชีพส่วนอื่น อาศัยแต่ผลบุญกุศลที่คนอื่นอุทิศให้ นอกจากนั้นไม่มีทางจะสร้างเอาได้ จะมาให้ทาน มากราบมาไหว้พระเจ้าพระสงฆ์ มารักษาศีลเจริญเมตตาภาวนา มาไม่ได้ เพราะกรรมผูกไว้ ทำให้ไปสู่ทางดีไม่ได้ มีแต่คอยหากินจากคนอื่นอยู่อย่างนั้น

นั่นคือพวกเปรตพวกผีที่ล้มหายตายไป ที่ไม่มีคุณงามความดีอันใด ได้รับทุกข์รับโทษลำบากยากเย็นหลาย จะตายก็ไม่ตาย ทนทุกข์ทรมานอยู่อย่างนั้น

วันนี้เป็นวันข้าวสารท ท่านจึงว่าผู้ปล่อยผีเปรตมากินข้าวสารทมื้อนี้ว่า เหมือนกันกับผีเปรตเฝ้าข้าวสารท ให้เราทุกคนที่ได้ทำบุญสุนทาน ให้อาหารข้าวน้ำแก่พระแก่เจ้า จงอุทิศบุญกุศลที่ตนได้ทำนั้น ไปให้พวกสัตว์เหล่านั้น ให้เขาได้รับผลบุญที่เราอุทิศไปให้ มีความสุขกายสุขใจ

เราน้อมอุทิศไปให้ในจิตในใจเท่านั้น พวกนั้นก็ได้รับ มีความอิ่มหนำสำราญ มีความสุขความสบาย *เพราะอาหารของเปรต* อาหารของเทวดา *เป็นอาหารที่สำเร็จด้วยทิพย์* ไม่เหมือนอาหารที่เรายื่นยกให้ประเภทมนุษย์ประเภทสัตว์อย่างนี้

เราระลึกนึกถึงผู้ใด อุทิศบุญไปให้ ผู้นั้นก็ได้รับ หากเป็นเปรตเป็นผีอยู่

เราทุกคนไม่ปรารถนาอยากเป็นเปรตเป็นผี ตายแล้วอยากไปเป็นเทวดาเทวบุตร อยู่ปราสาทวิมานสุขสบาย ไม่มีความแก่มาเบียดเบียน ไม่มีโรคภัยมารังควาญ นี่คือพวกเทวดาเทวบุตร เกิดขึ้นมาก็ไม่ได้เกิดในท้องในครรภ์ของพ่อของแม่ เกิดด้วยบุญด้วยกุศล เป็น *โอปปาติกะ* คือเกิดผุดขึ้น เกิดในปราสาทของผู้ใดก็เป็นบริษัทบริวารของผู้นั้น ถ้าเกิดก่อนเขาอยู่ในปราสาทของตัว ก็เป็นของของตัว คนอื่นที่ไปเกิดรวมในปราสาทนั้นก็เป็นบริวารของผู้นั้น

เทวดานั้นก็อายุยืน อยู่สุขอยู่สบายมาก ท่านจึงว่าสุขเหมือนเทวดา งามเหมือนเทวดา ไม่มีเฒ่ามีแก่อย่างเรา เป็นผู้ชายก็ผู้ชายงาม เป็นผู้หญิงก็ผู้หญิงงาม รูปร่างกลางตัว สีสันวรรณะเหมือนเท้านกพิราบ ท่านว่า

นกพิราบเท้าแดง ๆ ขาแดง ๆ นี่สีสันของเทวดาก็เป็นอย่างนั้น เราไม่เคยเห็นเทวดา เห็นแต่คนงามธรรมดาก็ว่างามเหมือนเทวดา นั่นเหละเทวดางามกว่าคนธรรมดาหลายสิบเท่า หลายร้อยเท่า ไม่ใช่งามอย่างธรรมดานะ

มีแม่ซึ่งเป็นเทวดาแล้ว ลูกชายซึ่งบวชเป็นพระอยู่ในศาสนา กระสันอยากสึก ไม่อยากอยู่อยากประพฤติปฏิบัติธรรมวินัยต่อไป พอใจใคร่คิดติดข้องในเรื่องของโลก อยากสึกหาลาพรตออกไปมีเหย้ามีเรือนมีลูกมีเมีย แม่รู้เข้าก็สงสาร ลงมาพูดมาจาเพื่อแนะสอนพระลูกชาย ให้หายความกระสันอยากสึก ให้เลิกคิดสึก

พูดให้ลูกได้ยิน ลูกก็ฟัง แต่ไม่เห็นแม่ ตัวแม่ก็บอกว่าเรานี้เป็นแม่ ที่มานี่ก็ด้วยปรารถนาดี ไม่อยากให้ลูกทุกข์ยากลำบาก สึกออกไปศีลก็ไม่ได้รักษา ภาวนาก็ไม่ได้บำเพ็ญ ความทุกข์ความยากความลำบาก สร้างกรรมทำชั่วจะมากจะหลายกว่าการบวชอยู่ เป็นยังไงก็ให้อดให้ทนเอา

ลูกชายก็อยากเห็นหน้าแม่ ว่าแม่เป็นเทวดารูปร่างเป็นยังไง ได้บุญได้อานิสงส์จากอันใดจึงได้เป็นเทวดา

แม่ก็เล่าบุพกรรมที่ทำมาให้ฟังว่า เคยให้ทาน เคยรักษาศีลตั้งแต่ครั้งยังมีชีวิตอยู่ บุญกุศลส่วนนั้นละส่งให้เกิดเป็นเทวดา แต่ที่ให้ลูกชายเห็นไม่ได้ เพราะเทวดางามหลาย ครั้นเห็นแล้วใจจะกำเริบ จะอดจะทนไม่ได้จะมีความกำหนัดยินดีในรูปกายของเทวดามากมายเพราะเป็นพระปุถุชนอยู่

หากเห็นแล้ว จะเกิดความผิดปกติ กำหนัดยินดี เกิดความพึงพอใจในรูปกายของเทวดา จนห้ามจิตห้ามใจไม่ได้ แม่ก็เลยสอนให้บอกให้

นี่คือเทวดา แสดงว่าคนงาม งามหลาย เป็นผู้หญิงก็งาม เป็นผู้ชายก็งาม ไม่มีโรงพยาบาลรักษา ไม่มีหยูกยาอันใด เพราะโรคภัยไข้เจ็บไม่เบียดเบียนพวกเทวดา

ความเป็นอยู่ ผ้าผ่อนท่อนสไบ อยากได้อันใดก็ไหลมาลอยมา อยากกินอะไรสิ่งนั้นก็มีมาให้ ไม่ได้ไปทำนาไปค้าขาย ไม่ได้ไปทำราชการงานเมืองอย่างมนุษย์เรา นี่คือพวกเทวดา พวกบุญพวกกุศลอุทิศเอาไว้ ทำเอาไว้ มันเกิดผลให้มีความสุขกายสุขใจหลาย

คนทั้งหลายเมื่อตายจึงอยากไปเป็นเทวดา เพราะมันสุขมันสบาย อายุก็ยืน โรคภัยไม่มี อยู่ก็อยู่ในสถานที่โอ่โถงสวยงาม ไม่ได้อยู่กับดินกินกับหญ้าเหมือนมนุษย์เรา

ฉะนั้นผู้อยากได้ก็พากันพินิจพิจารณา ทำคุณงามความดีเอาไว้ ผู้ที่ทำความดีเท่านั้นแหละจะได้ไปเกิดในสถานที่ดี เป็นเทพบุตรเทพธิดาได้ คนที่ทำความชั่วไม่มีทางที่จะไปได้

หากอยากเกิดอยู่ในมนุสโลกต่อไป อยากเป็นคนดี มีสีสันวรรณะสวยงาม มีความรู้ความฉลาดมาก ก็ให้ฝึกกายฝึกใจของตัวให้ดี ให้ชอบความสะอาด อย่าเป็นคนชอบความสกปรก

ความสกปรกมันไม่งาม ครั้นไปเกิดในชาติหน้าก็จะไม่ได้ของงาม ถ้าเราทำสะอาด ไปอยู่สถานที่ใดอย่างบ้านอย่างเรือนของเรา ก็ให้ปัดให้กวาดให้สะอาดเรียบร้อยสวยงาม น่านั่งน่านอน ผ้าแพรมุ้งม่านก็ให้ซักให้ฟอกให้มันขาวมันงาม ให้สะอาด ตลอดถึงถ้วยช้อนหม้อไห เครื่องใช้ในบ้านในเรือนก็เหมือนกัน ให้ล้างให้สะอาด คนที่มีความสะอาด ทำความสะอาดสวยงามอย่างนั้น ตายมาเกิดใหม่ก็ได้ของงาม

นี่มันอยากได้แต่งาม แต่ไม่ทำความสะอาด จะกวาดเรือนก็กวาดลาดไปลาดมา ไม่รู้ว่าเกลี้ยงหรือไม่ บางทีก็ไม่กวาดมันเลย จะนั่งตรงไหนก็เป่าฟู่ ทำราวกับว่าเรือนมันป่วยมันไข้ พอได้นั่ง ทำนองนั้นมันก็มี

หรือกวาดแล้วก็กวาดซุกไปไว้ในซอกในมุมเป็นขยุ้มเป็นกองอยู่นั่น จะกวาดทิ้งกวาดไปข้างล่างก็ไม่กวาดอ้างแต่ว่าไม่เคยทำงานอย่างนั้น

ถึงหม้อไหถ้วยจานก็ล้างเอาเที่ยวเดียวนั่นแหละ แกว่งน้ำพอเปียก ๆ ก็เทลงใต้ถุนแล้ว หลาย ๆ ครั้ง หลาย ๆ ทีเข้า ไม่รู้อะไรเป็นอะไรบ้าง ขี้ตะไคร่ขึ้นขนาดเสียมหนึ่งก็อยู่...พูดถึงทางเมืองอุบลโน่นดอก ไม่ใช่ทางบ้านชุมพลเรา

มันดูไม่ได้ ทำไม่สวยไม่สะอาด ครั้นเอามาใส่อาหารการกินมันก็ไม่อร่อยแล้ว คนอื่นเห็นเข้าเขาก็ตำหนิ โอ๊ย...บ้านนี้ เรือนนี้ ทำไมจึงขี้เกียจขี้คร้านนัก ดูสิเรือนนั้นหาที่จะนั่งก็ไม่มี มีแต่ขี้ฝุ่นขี้ผง ดูถ้วยดูจานก็ไม่ล้างสักครั้ง สกปรกรกรุงรัง ไม่รู้ว่าอะไรเป็นอะไร

เขาก็ตำหนิ มันไม่งามหูงามตาของเขา

นอกจากนั้น ความไม่งามของเราที่ทำไว้ ท่านอาจารย์ลีท่านก็เคยสอนว่า ทำไม่งามไม่สะอาดไว้ ถ้าเป็นผู้หญิงจะได้ผัวก็ได้ผัวไม่งาม มีหนวดมีเคราารุงรัง ดูไม่ได้เอาละยามจูบยามเชยชมก็เหมือนล้มใส่พงหวาย ท่านว่าหนวดมันฝังมันแทงเลย เพราะมันไม่เกลี้ยงไม่เกลา

ทำชุ่ย ๆ ไว้ ได้ลูกมา ก็ขี้มูกโป่ง ขี้ตากรัง เดินเหินไม่ประเปรียว ก็ไม่อยากจับอยากดูชม เพราะทำไว้ไม่หมดจดงดงาม ทั้งขี้มูกขี้แมงไหลย้อย ไม่มีที่ใดมันสวยมันงามให้

เมื่อสร้างความไม่งามไว้ มันก็ได้ความไม่งามมา เพราะเราทำอย่างไรไว้ สิ่งนั้นก็คืนมาหาเราผู้ทำนั่นแหละ เราจึงให้สร้างสิ่งที่ดีไว้ ทำให้งามไว้ ถ้าเราชอบงาม ก็ทำให้มันงาม จึงจะได้ของงามเป็นเครื่องตอบแทน

ธรรมของพระพุทธเจ้าท่านสอนอย่างนั้น *อยากได้ดีให้ทำดี* อยากได้ดีไปทำชั่ว มันไม่ได้ดีดอก

ถ้าเราไม่อยากได้ชั่ว อย่าไปทำชั่ว หากทำชั่วมันก็ได้ชั่ว ตนหว่านพืชปลูกพืชอันใดไว้ ก็ได้อันนั้นแหละเป็นเครื่องตอบแทน ท่านว่าเราปลูกข้าวจ้าวก็ได้ข้าวจ้าว เราปลูกข้าวเหนียวก็ได้ข้าวเหนียว เราปลูกถั่วก็ได้ถั่ว เราปลูกงาก็ได้งา ไม่ใช่ปลูกถั่วจะไปได้งา ปลูกมะพร้าวไปได้ต้นตาล ปลูกอันใดไว้ก็ได้อันนั้น

การทำความดีไว้ก็ได้ความดีเป็นเครื่องตอบแทน การทำความชั่วไว้ ก็ได้ความชั่วเป็นเครื่องตอบแทน มันไม่หนีไปไหน ภาษิตเมืองเรา ภาษิตอีสานเรา ท่านกล่าวไว้เหมือนกันว่า *ใครทำความดีไว้ ความดีจะคืนตอบ ใครผู้ทำชั่วไว้ ความร้ายจะครอบถึง* เป็นภาษิตอันเดียวกันนั่นแหละ

ทำความดีไว้ ความดีจะมาสนองตอบให้ได้รับความสุข ความเจริญ สมความมุ่งมาดปรารถนา ถ้าทำความชั่วไว้

ก็ความชั่วนั้นแหละมาตอบแทนให้เรา ได้อันใดมาก็มีแต่เรื่องชั่วเรื่องเสีย ไม่มีของดิบของดี

ของชั่วผู้ใดก็ไม่อยากได้ ใครจะอยากได้ของชั่วของเสีย แม้แต่ของเน่าของเหม็น เราก็ยังไม่อยากได้ แล้วเราจะไปทำตัวของเราให้ชั่วให้เสียให้เน่าให้เหม็น มันสมควรแล้วหรือ เราก็ต้องสอนตัวของเรา

หากทุกคนพากันพินิจพิจารณา สอนกายวาจาใจของตัวให้ละชั่ว บำเพ็ญดี ตั้งหน้าตั้งตาอุตส่าห์พยายามทำความดีอยู่เรื่อย ๆ ความดีที่เราทำอยู่ไม่หยุดไม่ถอยทีละเล็กทีละน้อยเหมือนกันกับเราเกี่ยวข้าว วันนี้เกี่ยวต้นนี้แล้วก็เกี่ยวต้นนั้น หลายครั้งเข้าก็ได้มากพอกำพอฟอน พอมัด จนเต็มทุ่งเต็มนา เพราะเกี่ยวไม่หยุดไม่ถอย

ทำความดีก็เช่นกัน ทีละเล็กทีละน้อย วันนั้นนิด วันนี้หน่อย หลายครั้งหลายทีเข้า ความดีก็ทวีคูณขึ้น ใหญ่โตขึ้น ได้พึ่งได้อาศัย ฉะนั้นเราต้องสอนกายสอนใจของเราให้ขยันหมั่นเพียรทำความดีเอาไว้ อย่าไปคิดว่าทำความดีไม่มีผลอันใดดอก ทำแล้วก็ไม่มีคุณค่าตอบแทน

อย่างภาษิตผีบ้าสมัยปัจจุบัน ทำดีได้ดีมีที่ไหน ทำชั่วได้ดีมีถมไป นั่นภาษิตบ้า มันไม่ใช่อย่างนั้น

ทำชั่วจะไปได้ดี ทำดีจะไม่เกิดผลอันใด มันไม่ถูก *ทำดีก็ยังเป็นดีอยู่* ถ้าไม่เชื่อก็ไปด่าเขาไปตีเขา แล้วคอยดูว่า เขาจะยกมือไหว้ เขาจะให้ค่าจ้างรางวัล ว่าเจ้าตีเราเราจะให้รางวัลเจ้า เจ้าด่าเราเราจะให้รางวัลเจ้า เขาจะให้อย่างนั้นไหม

ถ้าไปทำชั่วทำเสียกับเขา เขาไม่ให้ มีแต่เขาจะตีตอบด่าตอบเท่านั้น ส่วนทำความดีกับเขาล่ะ ความดีที่เราทำไป เรากราบเราไหว้ เรายกมือหรือให้ของเขา เขาก็ขอบคุณเรา เขาก็ยกมือไหว้ตอบ นี่คือความดีที่เราทำไป เราก็เห็นผลประจักษ์อยู่ในปัจจุบันนี่แหละ ไม่ได้เสียได้หายไปสถานที่ใด

ฉะนั้นจงพากันเชื่อมั่นในความดีที่พระพุทธเจ้าสอนไว้ ผู้ที่มีความดีอยู่ในกายในใจเท่านั้น จึงเป็นกำไรของชีวิต จะไปสถานที่ใด ความดีติดต้อยห้อยตามไป ขึ้นเขาลงห้วย ความดีก็ติดไป ไม่ได้ลำบากยากเย็น

ไปสถานที่ใด ถ้าเรามีความดีประจำกายประจำใจของเราอยู่แล้ว คนทั่วไปที่เขาปรารถนาความดี เขาก็เลื่อมใสศรัทธา ถือเป็นหมู่เป็นคณะไว้เนื้อเชื่อใจ มีการมีงานอันใดก็ให้ทำ มีของอยากของกินอันใดก็แบ่งให้อยากให้กินด้วยกัน เพราะเขาไว้เนื้อเชื่อใจ เขาถือว่าเป็นคนดี

หากเขาเห็นว่าเราเป็นคนชั่ว แม้แต่บ้านแต่เรือนเขาก็ไม่อยากให้เราขึ้น เขากลัวจะไปลักไปขโมย ไปจี้ไปปล้นเขา

ฉะนั้น เราอยากเป็นคนดีก็ให้พากันระมัดระวังความชั่วเอาไว้ มันอยากทำก็อย่าให้มันทำ มันอยากพูดก็อย่าให้มันพูด มันอยากคิดก็อย่าให้มันคิด ห้ามจิตใจเราไว้ เพราะสิ่งชั่วนี้คือไฟ ไหม้เผาความดีของเรา

ให้เรามีสติมีปัญญา ดูแลรักษากายวาจาใจของเราอยู่อย่างนั้น เมื่อทุกคนพยายามละชั่ว บำเพ็ญดี ความสุขความเจริญที่ตัวปรารถนาก็จะเกิดมีมาที่ตัวของตัว

เรื่องธัมมะของพระพุทธเจ้าสอนเรามีเหตุมีผล ไม่ใช่สอนไม่มีเหตุมีผล ผู้ใดฟังแล้วนำไปประพฤติปฏิบัติ ความชั่วอย่าไปเกี่ยวข้องแตะต้องหรือฝืนทำ ความดีบังคับให้ตัวของตัวเร่งทำ หมั่นพูดหมั่นคิดในเรื่องดี ๆ

ถ้าทำอย่างนั้น ความดีก็จะทวีคูณขึ้น เราก็ได้พึ่งพาอาศัยความดีต่อไป

การอธิบายธัมมะเห็นว่าพอสมควรแก่เวลา ฝนก็ตกเอาละนะ



ธรรม

ของ

อมรา มลิลา

สติ

ณ ห้องบรรยาย ๑
ชมรมพุทธธรรม รามาธิบดี
๗ มีนาคม ๒๕๓๒
อมรา มลิลา

วันนี้หัวข้อเรื่องกำหนดไว้ว่า สติ ถ้าจะว่าไปแล้ว หลายคนอาจจะนึกว่า เรามาพูดเรื่องสติกันทำไม เพราะว่าเราเองก็มีสติกันแล้วทั้งนั้น ถ้าไม่มีสติ เราคงไม่มานั่งกันอยู่อย่างนี้ เพราะว่า ใครก็ตามที่ไม่มีสตินี่แปลว่าเป็นคนบ้า เป็นคนโรคจิต ก็ไม่ควรจะมาอยู่ในสังคมอย่างนี้

ถ้าไปนึกอย่างนั้น เราประมาท แล้วเราก็จะทำร้ายชีวิตของเราเองโดยไม่รู้ตัว เพราะอะไรคะ เพราะขณะที่เรานึกว่าเรามีสติ เราก็ไม่มีสติ

สตินี้เป็นของแปลก ถ้าดูตามความหมายเราบอกการที่เราระลึกรู้อยู่ว่า เรากำลังทำอะไร เราอยู่ที่ไหนก็แปลว่า เรามีสติแล้ว

ขอโอกาสยกตัวอย่างสักอันหนึ่ง ครั้งหนึ่งเราไปวัดด้วยกัน แล้วจะทำถั่วเขียวต้มน้ำตาลใส่บาตร ทีนี้ถั่วเขียวเดี๋ยวนี้ มันไม่เป็นถั่วเขียวอย่างเดียว คนขายจะทำให้มีน้ำหนักมากขึ้นด้วยการหาก้อนกรวดเล็ก ๆ ที่ขนาดเท่าและสีคล้าย ๆ ถั่วเขียวปนลงไป ชาวบ้านที่อาสาช่วยเลือก บางทีตาก็ไม่ดี เลือกให้เสร็จแล้วก็ยังมีเม็ดกรวดอยู่อีก เราก็กลัวว่า ถ้าพระท่านฉันเข้าไปแล้วฟันท่านบิ่น หรือฟันท่านแตก เราก็คงจะได้บาปมากกว่า ก็พร้อมใจกันแบ่งถั่วเขียวเพื่อช่วยกันเลือกซ้ำอีกแล้วก็ด้วยความโลภ ระหว่างที่มานั่งเลือกถั่วเขียวก็ไม่อยากให้เวลาผ่านไปโดยเปล่าประโยชน์ ก็เอาเทปท่านอาจารย์มาตั้งกลางวง ฟังเทปไปด้วย กำหนดสติ เลือกถั่วเขียวไปด้วย

เวลาเลือก ทุกคนก็จะเลือกเอาถั่วที่ดี ๆ ใส่รวมกันลงในกะละมังที่ตั้งไว้ กากก็ยังอยู่ในมือก่อน เพื่อว่าจะได้เอาใส่ในกะละมังเล็ก ๆ ที่แต่ละคนมีเอาไว้ สำหรับใส่เม็ดกรวดที่เป็นส่วนของตัวเอง

ทีนี้ก็พอดีเทปท่านอาจารย์หมดหน้าหยุดเอง เราก็บอกคนที่อยู่ใกล้เทปว่า พลิกหน้าเทปกลับให้หน่อยสิ

สติของเธอที่จดจ่ออยู่ที่ถั่วเขียว มือหนึ่งกำกากถั่ว

และเม็ดกรวดอยู่ พอได้ยินว่าให้พลิกเทปกลับ ก็ต้องการมือที่ว่างทั้งสองมือ แต่แทนที่จะตั้งสตินึก เพราะสติก่อนหน้านั้นกำหนดเอาถั่วดีในมือใส่เข้าไปในกะละมังกลางที่เป็นส่วนรวม

พอได้ยินว่า เธอพลิกเทปหน่อย อะไรเกิดขึ้นรู้ไหมคะ เธอก็เอาก้อนกรวดในมือ ใส่เข้าไปในกะละมังถั่วดีทั้งหมด

ทุกคนร้องกรี๊ดขึ้นพร้อมกัน เพราะหมายความว่า เราจะต้องมาเลือกถั่วดี ๆ ใหม่หมด

ถึงไม่ทัน คือพอทุกคนกรี๊ด เธอก็นึกออกว่าอะไรเป็นอะไร แต่ถึงนึกออก อัตโนมัติของมือก็ไม่หยุด มันยังใส่ลงไปในกะละมังถั่วดีจนได้ เจ้าตัวเองก็ตกใจ เพราะเธอรู้แล้ว พอเห็นกิริยาของพวกเราเธอก็รู้ แต่ห้ามอัตโนมัติที่บอกว่าต้องเอาของทิ้งลงไปก่อน แล้วจึงจะมีมือว่างมาพลิกเทปไม่ทัน

ทุกคนออกความเห็นพร้อมกันหมดว่า ขาดสติ คุณคนนั้นเธอก็รับไม่ได้ ทั้ง ๆ ที่เธอก็รู้ว่า ถ้าเธอไม่ขาดสติเรื่องนี้จะเกิดขึ้นไม่ได้ แต่ว่าก็ยอมรับไม่ได้ ว่า เรื่องอะไรกันเราขาดสติ ก็ตลอดเวลาที่เราฟังเทป แล้วก็เลือกถั่วอยู่เราไม่ได้ปล่อยใจให้ไปไหนเลย เรามีสติ *รู้อยู่กับสิ่งที่*

เราทำ แล้วทุกคนยังมาบอกได้ว่าขาดสติ เกิดความโทมนัสน้อยใจ พอพลิกเทปเสร็จแล้ว ก็เลยไม่เลือกถั่วแล้ว ออกไปสงบสติอารมณ์

จนตกกลางคืน จึงค่อย ๆ มีกำลังใจดีขึ้นมา เธอก็กลับมาเล่าให้ฟังถึงความรู้สึกว่า ตอนนั้น ใจหนึ่งที่อยู่กับความเป็นจริง ก็บอกว่า เออ สติของเรานี่น่ะไม่ทันท่วงที ไม่คมไวพอที่จะคุ้มตัวเราให้รอดจากสิ่งที่จะทำผิดพลาด

แต่อีกใจหนึ่งก็เถียงว่า แต่เราก็มีสติ ไปยึดติดอยู่กับคำที่ว่า *เรามีสติ* รับไม่ได้ว่า เราไม่มีสติ แทนที่จะยอมรับว่า เออ จะมีสติหรือจะไม่มีสติก็ตาม เรายังคุ้มตัวไม่รอด การฝึกปฏิบัตินั้นเมื่อเราเห็นที่ผิดพลาด เราก็ต้องพากเพียรเพื่อที่จะปรับปรุง และทำให้ตัวเราดีขึ้นไป มันรับไม่ได้ เมื่อรับไม่ได้ ใจส่วนที่ไม่ยอมรับ ก็คิดหาเหตุผลขึ้นมาต่าง ๆ นานา เพื่อจะคุ้มครองตัวเองว่าตัวถูก

แล้วก็ไม่เห็นว่า ถูกกิเลสลากจูงไประหว่างที่คิดนั้น ก็ยังหลงว่า เราคิดด้วยเหตุผล เราคิดถูกต้อง แต่ลึก ๆ ลงไปก็รู้สึกว่าใจของตัวไม่สงบ กระเพื่อมซัดส่าย แต่ก็ยังเถียงตัวเองว่า เราคิดด้วยความมีสติ

เห็นไหมคะว่า จิตเรามันหลอกเราซ้ำซ้อนแค่ไหน

คือเธอก็มีสติ รู้อยู่ เท่าที่กลุ่มชนทั้งหลายมีสติกันอย่างนี้ แต่เป็นสติที่พระพุทธองค์ตรัสว่า แค่นี้ยังไม่พอ ยังไม่สามารถคุ้มครองตัวเองให้พ้นจากการไปทำหนี้สินให้กับตัว แล้วถ้ามีอะไรปัจจุบันทันด่วนเกิดขึ้น ไม่เป็นไปอย่างที่เรากำลังคิดกำลังทำอยู่ เราคุ้มครองตัวเองให้ปลอดภัยไม่ได้

ตรงนี้แหละ คือตัวอย่างที่ดิฉันอยากจะให้เห็น และจะได้เข้าใจว่า ทำไมเราจึงต้องฝึกสติของเราให้มีเพิ่มขึ้น ๆ

ปกติของทุกอย่างในโลกนี้ พระพุทธเจ้าทรงสอนเอาไว้ว่า ถ้ามากเกินไปก็เป็นอันตราย น้อยเกินไปก็เป็นอันตราย เหมือนอย่างกับการปฏิบัตินี่น่ะ ท่านก็ตรัสว่า เราต้องยึดทางสายกลาง คือมัชฌิมาปฏิปทา ถ้าทำมากเกินไปคือเขม็ง จนกระทั่ง เหมือนสายพิณที่ขึงตึงเกินไปมันก็ขาด แต่ถ้าขึงหย่อน เพราะกลัวว่าจะไปทารุณกับตนเอง เราสุขภาพไม่แข็งแรง อย่างนั้นพิณหย่อนเกินไปก็ไม่มีเสียง ของทุกอย่างต้องพอดี ธัมมะอื่น ๆ ก็เป็นอย่างนี้ทั้งนั้น

แต่ สติ พระพุทธองค์ไม่ทรงปรับโทษเอาไว้เลยว่าให้ระวังนะ ถ้าสติมากเกินไปแล้วจะเป็นอันตราย มี

แต่ท่านตรัส สตินี้ ให้ฝึกให้มากเข้าไว้ เจริญให้ยิ่ง ให้เยี่ยม ไม่เคยตรัสเลยว่า สตินี่น่ะจะต้องระวัง อย่าให้มากเกินไป เดี๋ยวจะเป็นอันตราย ท่านตรัสแต่ว่า การที่เราจะปฏิบัติเพื่อให้คุ้มครองตัวเองได้ มีตนเป็นที่พึ่งแห่งตน เราต้องอาศัยสติเป็นหนทางสายเอกเพียงสายเดียว

ก็แสดงให้เห็นว่า สติมีความสำคัญมากมายแค่ไหน และเป็นสิ่งที่พระพุทธเจ้าทรงเตือนให้พวกเราเร่งพากเพียร ไขว่คว้า หามาเป็นสมบัติของตัวเอง

เมื่อเป็นอย่างนี้ เราก็จะได้มาดูว่า แล้วเราจะเริ่มต้นกันอย่างไรในชีวิตประจำวันของเรา อย่าไปเข้าใจว่า ถ้าเราจะฝึกสติ เราจะปฏิบัติแล้ว เราจะต้องเลิก ไม่ทำงาน เข้าค่าย

ถ้าเป็นอย่างนั้นก็ขาดสติอีกค่ะ เพราะอะไร เพราะการที่เราเกิดมาเป็นเรา มีชีวิตเป็นอยู่อย่างนี้ เกี่ยวข้องกับผู้คนเหล่านี้เหล่านั้น หรือมีภาระหน้าที่อะไร มันไม่ใช่เรื่องบังเอิญ หากเป็นเหตุปัจจัยที่มีมาแต่เก่าก่อน และการที่เราจะปลดปล่อย ทำให้ใจเป็นอิสระ ทำให้ชีวิตของเราไม่ไปผูกพันกับภาระเหล่านี้ เราต้องใช้หนี้สินให้หมดนี้ เหมือนอย่างกับเราเป็นหนี้ใคร เราก็ต้องไป

ชำระบัญชีกับเขาจนกระทั่งเป็นที่เรียบร้อย เราจึงจะเป็นไทแก่ตัว

นี่ก็เหมือนกัน การที่เราต้องการชีวิตที่เป็นอิสระ ชีวิตที่มีตนเป็นที่พึ่งแห่งตน ไม่ได้ไปเป็นข้าทาสใคร หรือถูกใครมาบังคับขับไสได้ เราก็ต้องซื้ออิสรภาพ ชดใช้หนี้สินทั้งหลาย เพราะฉะนั้น การจะเพิ่มพูนสติของเรานี่น่ะ เราก็มาเริ่มต้นกับชีวิตจริง ๆ ชีวิตหน้าที่การงานของเรานี่แหละ

ถ้าเรามีสติที่เป็นสัมมาสติ คือสติที่เป็นมรรค ละก็ สติอันนี้จะทำให้เราระลึกรู้อยู่ใน *ฐานทั้งสี่* คือ *กาย* ของเรา *ความรู้สึก* สุขทุกข์ หรือ *จิต* ของเรา ว่าจิตของเราแต่ละขณะ ๆ นี้เป็นอย่างไร กับ *อารมณ์* ความนึกคิดของใจ เราก็มีสิทธิ์ที่จะหาทุ่นให้เกาะได้สี่แบบ สี่เรื่อง

คนบางคนบอก โอ๊ย! เบื่อจริง ๆ ทีเดียวเชียว ถ้าจะต้องมานั่งเฝ้าดูร่างกายของเราว่า นี่นะ มันไม่ใช่ผิวหนังหรอก อย่าไปหลงมันนะว่า มันสวย แท้ที่จริงมันก็เป็นดินเป็นน้ำ เราก็เบื่อ เพราะว่า มันห่างไกลเหลือเกิน มองดูก็ไม่เห็นเป็นดินเป็นน้ำที่ตรงไหน นี่น่ะ จะมาหลอกตัวเอง จะมาสร้างภาพพจน์ขึ้นมา ทำให้เราอยู่ในโลกนี้ไม่ได้หรืออย่างไร

ถ้าเรายังพิจารณาด้วยความจำ ด้วยฟังเขาเล่ามา มันไม่ถึงใจ มันเป็นอย่างนั้น

แต่ถ้าเราทำจนกระทั่งรู้ เห็น เป็น ขึ้นมาในใจ จะไม่เป็นอย่างนั้น

เริ่มต้น เวลาที่เราจะเลือกอะไรขึ้นมาเป็นทุ่นให้สติเกาะ เราก็ต้องหาทุ่นที่ใจเชื่อ ใจเพลิน

สำหรับตัวเอง ใช้อารมณ์ ความนึกคิดของใจ เพราะปกติ วันทั้งวันเราจะอยู่กับผู้คน แล้วการอยู่กับผู้คน ผัสสะที่มากระทบเราจะทำให้อารมณ์ในใจเปลี่ยนแปลงไปเสมอ

ครั้งแรก เรายังมองใจของเราไม่เป็น เพราะใจของเราเปรียบเหมือนกับแก้วใสๆ ส่วนอารมณ์คือสีของน้ำที่ใส่เข้ามา เราเห็น

ถ้าเราอารมณ์ดี ก็เหมือนแก้วที่ใส่น้ำใส เราก็บอกมันใสสะอาดดี แต่ถ้ามีคนไข้มาทำให้เราขุ่นเคือง น้ำใสเปลี่ยนกลายเป็นน้ำสีคล้ำ สีดำ หรือสีม่วงขึ้นมาแล้วเราทันเห็นสีที่เปลี่ยนแปลง

เพราะฉะนั้นการที่จะฝึกสติให้อยู่กับใจ วันทั้งวันเราก็คอยดูอารมณ์ คอยดูสีของน้ำในแก้วว่า ยังใส หรือเริ่มเดือด เริ่มสีคล้ำ ขุ่น หรือว่าเป็นอย่างไร

ทีนี้พอเห็นทุ่นที่จะให้สติไปเกาะอย่างนี้ ก็ง่ายขึ้น เพราะรู้แล้วว่าเราจะดูอะไร ไม่อย่างนั้น เขาบอกให้เอาสติดูใจเอาไว้ *ใจก็ยังไม่รู้ อยู่ที่ไหนก็ไม่รู้* อยู่ที่ในเนื้อในตัวเราตรงไหน อยู่ที่สมอง หรืออยู่ที่ตรงไหน มองก็ยังไม่เห็น แล้วเขาก็บอกว่า ดูเอาไว้ ไม่ให้คลาดนะ

เหมือนเราตามคนเขาไปล่าสัตว์ เขาบอกเอ้า คอยดูให้ดี เรายังไม่เห็นอะไรเลย เขาบอกนั่น กระต่ายออกมาแล้ว เรานึกในใจ คนบ้า เรายังไม่เห็นอะไรสักหน่อย

ต่อมาก็ชักง่ายขึ้น ง่ายขึ้น แต่ไม่ใช่เห็นกระต่ายนะคะ เห็นหญ้า เห็นหญ้าไหว ตอนแรกหญ้าก็ไม่เห็น อะไรก็ไม่เห็นทั้งนั้นเลย เพราะตาพร่าไปหมด

นี่ก็เหมือนกัน เราจะมาดูใจของเรา เราไม่คุ้นกับการที่จะเห็นของที่ไม่ได้เห็นด้วยตาเนื้อ เราก็ต้องสร้างภาพพจน์ ก็เหมือน เราเริ่มต้นไปดูเขาล่าสัตว์ เขาบอกว่านี่กวางนะ เราก็ดูยอดหญ้าที่ไหว อ้อ ถ้าไหวแค่นี้ กวางไหวแค่นี้ กระต่าย พอต่อไป ๆ เราก็ค่อย ๆ เห็นขากวางขากระต่ายขึ้นมาจริง ๆ เพราะค่อยชำนาญขึ้น ๆ

นี่ก็เหมือนกัน การที่เราจะเอาสติดูใจของเรา ครั้งแรกเราอาจจะจับมันยังไม่ได้ชัดเจน ก็ไม่เป็นไรค่ะ แต่ให้เรารู้เป้าหมายของเราไว้ว่า เราจะตามดูอารมณ์

ในใจของเรา

เริ่มครั้งแรก เราก็ไม่ได้ตามดูอารมณ์ในใจหรอกค่ะ เพราะอัตโนมัติ ความเคยชิน พอเราเห็นอารมณ์โกรธเกิดขึ้นมา ถ้าเรามีสติ จะรู้ อ้อ โกรธ แล้วก็จะมองดูความโกรธอันนี้ว่า จะเคลื่อนไปอย่างไร เปลี่ยนแปลงไปอย่างไร

แต่เมื่อเราเริ่มทำ เราไม่ได้ทำอย่างนั้น กิเลสในใจของเราแทรกเข้ามาเตือนว่า ความโกรธเป็นของไม่ดี นี่เรากำลังมาปฏิบัติการที่เราโกรธขึ้นมา เราขาดทุน พอเราเห็นอารมณ์โกรธเกิดขึ้นในใจ เราก็ทำเกินสติไป โดยเอาตัวตนของเรา เอาอัตตาเข้าไปสั่ง เลิกโกรธ โกรธไม่ได้

ใจของเราเหมือนเด็ก อยู่ดี ๆ ก็มาจับหักแขนหักขาว่า โกรธไม่ได้ ก็เคยโกรธอยู่เรื่อย ๆ ก็อึดอัด ต่อสู้ ตอนแรกก็สอนตัวเองว่า โกรธไม่ได้ โกรธไม่ดี เราเป็นคนบ้าดี รักความดี ก็เงียบ ทำท่าสงบ เงียบไปพักหนึ่ง ประเดี๋ยวก็คิดขึ้นมาใหม่อีก เพราะเหตุผลยังไม่ถึงใจ

เมื่อกี้นี้ เขามาพูดให้เราเจ็บช้ำน้ำใจ ก็เขาผิดชัดๆ แล้วจะไม่ให้เราโกรธได้อย่างไร เจ้าเหตุเจ้าผลขึ้นมา ตัวตนของเราก็ เอ๊ะ ดื้อจริง บอกไม่ฟัง ก็เลยเกิดความ

โกรธหนักเข้าไปอีก ไม่ได้โกรธเขาแล้ว โกรธตัวเอง ระหว่างใจที่เป็นกิเลส กับใจที่เป็นพุทธะ แล้วคราวนี้ ก็เลยไม่รู้ว่าโกรธอะไรกันแน่ ใจร้อนรุ่มไปหมด

เราก็เลยหงุดหงิดว่า ใครจะไปเอาสติรักษาใจอยู่ได้วันทั้งวัน เหนื่อย เครียด แล้วดีไม่ดีก็จะต้องบ้าเท่านั้นแหละ

ก็เพราะเราทำไม่เป็น เราทำไม่ถูก สิ่งที่เราทำนั้นไม่ใช่การฝึกสติเลย แต่เป็นการฝึกอัตตา ฝึกให้ตัวเราใหญ่ขึ้นไปอีก เพราะเราไปยึดเอาไว้ตามอุปาทานที่ว่าคนที่ปฏิบัติแล้วโกรธไม่ได้ โลภไม่ได้ หลงไม่ได้ เพราะเรารู้จักกิเลสว่ามีอยู่สามตัว แต่ไม่รู้ตัวว่าเรายึดเอาไว้อย่างนี้ เรานึกว่า สิ่งที่เราบอกกับตัวเอง กำราบตัวเองบังคับตัวเองนั้น คือการฝึกสติ

เห็นไหมคะ เรากำลังปฏิบัติธัมมะอยู่ ปฏิบัติเพื่อเจริญสติอยู่ แต่แท้ที่จริงเราปฏิบัติความหลง เราปฏิบัติกิเลสไปแล้ว และใจของเราแทนที่จะสงบสงัด มีความรู้เพิ่มขึ้น ผ่องใส ก็หงุดหงิดเร่าร้อน เกิดความลังเลสงสัยไม่แน่ใจ

นิวรณ์เต็มไปหมด แต่เราก็ไม่เห็น เพราะเรานึกว่าเรามีสติอยู่เต็มที่แล้ว ไม่ได้คิดที่จะไตร่ตรองว่า ถ้าสิ่ง

ที่เราทำถูกต้อง เป็นมรรค เราประกอบเหตุไปสู่ความดับทุกข์

ถ้าเม็ดที่เราหว่านลงไปเป็นมรรคจริง ๆ เป็นการฝึกสติจริง ๆ ผลก็ต้องเป็นความสงบร่มเย็น จะมีหรือที่ผลจะออกมาเป็นนิวรณ์ เป็นความไม่พึงพอใจอย่างนี้

เราไม่มีสติที่จะทวนถามตัวเอง และระลึกรู้ตามเป็นจริง

เห็นไหมคะ การปฏิบัติสติมันจึงยากอย่างนี้ แล้วถ้าเผื่อเราหัวอ่อนว่านอนสอนง่าย พอเห็นความไม่สบายกายสบายใจ เราก็ฉุกคิดได้ว่า น่ากลัวผิดทางเสียแล้ว หรือมีใครทักท้วง เราได้คิด เราหยุด ก็ดีไป

แต่คนบางคน ไม่อย่างนั้นสิคะ พอใครมาทักท้วง... ฉันปฏิบัติมาก่อนเธอ ฉันรู้ดี...หรือไม่อย่างนั้นก็ พอครูบาอาจารย์ท่านอื่นที่ตัวเองไม่ได้นับถือเคารพกราบไหว้ ท่านทักท้วงขึ้น...โอ๊ย สำนักนี้สำนักเถื่อน...ยกตนข่มท่าน มานะทิฐิฟูขึ้นไป

นี่แหละค่ะ เวลาที่เราตั้งใจจะมาแสวงหาคุณงามความดี แต่เราไม่รอบคอบ ไม่ระลึกรู้เท่าทันความเป็นจริง รักษาสัมมาสติให้เป็นเกราะที่จะป้องกันใจของเรากิเลสก็แทรกเข้ามา แล้วเอาเราไปปฏิบัติกิเลสอยู่ตลอด

เวลา โดยที่เราไม่รู้เท่าทัน

เมื่อรู้อย่างนี้แล้ว ถ้าเรามีครูบาอาจารย์หรือมีกัลยาณมิตร หรือมีใครที่เขาจะเป็นพี่เลี้ยงคอยชี้ที่ผิดพลาด คอยติง คอยท้วงให้เรา เราตั้งในใจเอาไว้ว่า อะไรที่เขาพูดมา ฟังทั้งนั้น

ครั้งแรกยังมองไม่เห็นก็ไม่เป็นไร รับฟังเอาไว้แล้วเอามาพิจารณาไตร่ตรอง

เหมือนอย่างตัวเองตอนแรก เข้าวัด ท่านอาจารย์ท่านก็คงจะสอนให้เรารู้จักอยู่กับปัจจุบัน แต่เราไม่ได้คิดอย่างนั้น แล้วก็ไม่ทราบว่านั่นแหละคือวิธีสอนของท่าน เพราะเรายึดเอาไว้ว่า ถ้าท่านอาจารย์จะสอนท่านก็ต้องเทศน์ เราไปติดกับกิริยาว่า ถ้าท่านยังไม่เริ่มต้นเทศน์ ท่านยังพูดคุยโต้ตอบอยู่ นี้ ไม่ใช่การสอน

ทีนี้ ตอนไปถึงตอนแรก ท่านอาจารย์ให้ตัวเองกับเพื่อนอยู่กุฏิเดียวกัน แล้วก็นอนมุ้งเดียวกัน ซึ่งตอนแรกก็อึดอัด เราอยากนอนแล้ว เขาก็จะนั่งภาวนา บางทีเราอยากเดินจงกรม เขาก็จะเดินบ้าง อะไรอย่างนี้แหละค่ะ เกิดความอึดอัด ไม่สบาย

แต่พอเราค่อย ๆ ทำใจได้ว่า นี่เรามาปฏิบัติ เรามาฝึกดัดนิสัยสันดานของเรา อะไรที่เราไม่พอใจ เรา

ก็ต้องอดออมเอาไว้ ก็สบายใจ

พอรู้สึกว่าการเป็นอยู่ของเราไม่ใช่ปัญหาแล้ว ท่านอาจารย์ก็ปรารภขึ้นมาว่า เออ เราอยู่กันอย่างไร อยู่ที่ไหน

คุณแม่ชีก็กราบเรียนว่า เพื่อนกับดิฉันอยู่ด้วยกันในกุฏิเดียวกัน ท่านอาจารย์ก็ส่งเสียงขึ้นมาว่า อะไรกันนี่ไม่ได้มาพักตากอากาศนะ กรรมฐานที่ไหนเขาอยู่กุฏิเดียวกันบ้าง เขาก็ต้องต่างคนต่างอยู่ จะได้มีความสงบวิเวก เห็นเท่าทันใจของตัว ไป ท่านออกคำสั่งให้ดิฉันขนข้าวของไปอยู่ที่กุฏิมุงหญ้า ที่อยู่ข้างทางจงกรมในป่า

ตอนนั้นที่วัดยังไม่มีไฟฟ้า เวลาที่ท่านอาจารย์บอกนั้น สี่ทุ่มแล้ว แล้วกุฏิมุงหญ้าหลังนั้นก็เต็มไปด้วยตุ๊กแกและขี้ตุ๊กแก

ตัวเอง อะไร ๆ ก็พอสู้ไหว แต่ตุ๊กแกนี่ไม่สู้ แล้วมีความรู้สึกว่า ถ้ามันเข้ามาอยู่ในมุ้งกับเราจะทำอย่างไร จะโวยวายให้คุณแม่ชีกับเพื่อนไปช่วยขัดกุฏิไล่ตุ๊กแกให้เรียบร้อยก่อน ก็สี่ทุ่มเข้าไปแล้ว ไฟฟ้าก็ไม่มี

เราก็ตัดสินใจ ก็เรามาเข้าโรงเรียนดัดสันดานนี่นาก็ตกลง ท่านอาจารย์นั่งคอยให้คุณแม่ชีหามุ้งหาเสื่อให้

ตัวเองก็หาไม้กวาดทางมะพร้าวอีกอันหนึ่งไปด้วย ก็ปัดเท่าที่จะปัดได้ แล้วก็กลั้นใจกางมุ้ง เหน็บชายอย่างดี แผ่เมตตาว่า เราก็เป็นเพื่อนร่วมเกิดแก่เจ็บตาย ต่างคนต่างอยู่ ตุ๊กแกก็อยู่ของตุ๊กแกไป เราก็อยู่ของเราไป ในอาณาบริเวณที่มุ้งครอบนี้ ไม่ใช่ที่อยู่ของตุ๊กแก ขออย่าได้เบียดเบียนกันเลย

แต่ก็ดี เพราะว่าสติของเราตื่นตัวโพลง ที่จะคิดนอนก็ไม่เป็นอันนอน เพราะว่ากลัวตุ๊กแก ก็รู้สึกว่าใจของเราตื่น เบิกบานดี เพราะยังหวาดผวาตุ๊กแกอยู่

พอรุ่งขึ้น ทำความสะอาดเรียบร้อย ค่อยจัดใจของเราให้ดี เวลาผ่านไปประมาณอาทิตย์เศษ ชักรู้สึก เออดีเหมือนกันนะ ลงมาอยู่อย่างนี้น่ะ พอตื่นรู้ตัวปุ๊บ เราก็ลงทางจงกรมได้เลย มันไม่ง่วงเหงาหาวนอน ไม่ขี้เกียจขี้คร้าน

พอเราเริ่มชอบตรงนี้ คืนนั้นท่านอาจารย์ก็ลงมาที่ศาลาครัว

"เออ หมอไปอยู่ที่ไหนน่ะ" ท่านถาม

ตัวเองตอบ

"อ้าว ก็ท่านอาจารย์ให้ไปอยู่กุฏิหญ้า"

"อะไรกันน่ะ ก็รู้อยู่แล้วว่า ผกค เต็มไปหมด"

คือกุฏินั้นออกไปไกลจากบริเวณที่พักอยู่ติดกับรั้ววัด

"นี่น่ะ ถ้าใครมันเอื้อมมือมาหยิบเอาตัวหมอไป อาจารย์จะเอาลูกสาวที่ไหนไปคืนพ่อคืนแม่ล่ะ เฮ้อ หนักใจเหลือเกิน มีลูกศิษย์อย่างนี้"

เราไม่ทันตั้งสติว่าท่านอาจารย์กำลังจะสอนอะไร เพราะอย่างที่เล่าแล้วไงคะ นี่คุยกัน ท่านอาจารย์ไม่ได้เทศน์ เพราะฉะนั้น เราก็คิดตามเหตุผลของเราว่า คนคุยกัน ควรจะคุยกันในขอบเขตอย่างไร

นี่ท่านอาจารย์พูดอะไรไม่อยู่กับร่องกับรอย ก็วันก่อนเป็นคนบอกเราเอง ว่าให้เราย้ายลงไป แล้วซ้ำร้าย เราไม่อยากไปก็บังคับให้เราไป ยังกับญวนอพยพตอนสี่ทุ่ม ตอนนี้มาว่าได้ว่า โอ๊ยหนักใจ เดี๋ยวผกค มาหยิบเราไป ไม่รู้จะเอาเราไปคืนพ่อแม่ที่ไหน

เราก็กราบเรียนซ้ำว่าท่านอาจารย์เป็นคนสั่งเอง ท่านก็ทำท่าคล้าย ๆ กับว่าเรากล่าวตู่ เราก็เลยตัดบทว่าทีนี้ตัวเองจะไม่พูดอะไรกับท่านอาจารย์แล้ว จนกว่าจะเขียนจดหมายไปถึงที่บ้าน ให้ส่งเครื่องอัดเทปมาก่อน แล้วทีนี้ท่านอาจารย์พูดอะไรเราจะอัดใส่เทปเอาไว้ แล้วเปิดถวาย เพราะพูดกันไปก็ทะเลาะกันเปล่า ๆ

ท่านอาจารย์ก็มองหน้าแล้วบอกว่า "ไอ้สิงห์ทอง

ตัวเก่าที่พูดก็ตายไปแล้ว พอพูดเสร็จ ลมหายใจอันนั้นหมด มันก็ตายไปแล้ว นี่สิงห์ทองตัวใหม่กำลังพูดอยู่ก็จะพูดอย่างนี้แหละ แล้วหมอจะว่าอย่างไรล่ะ”

ก็ยังไม่ได้สติอีก แต่ตลอดเวลาตัวเองคิดว่าเรามีสติอยู่ตลอด ก็นึกในใจว่า คราวนี้ไม่เถียง ไม่พูดแล้ว เพราะระลึกได้ว่า การที่เราเข้ามาเป็นศิษย์ แล้วไปเถียงครูบาอาจารย์ไม่ดี

แต่ใจจริงยังไม่ยอมแพ้ ก็นึกพาลต่อไปว่า ธัมมะของพระพุทธเจ้าเป็นอย่างนี้หรือ ถ้าเป็นอย่างนี้ สงสัยต้องทบทวนใหม่ จะปฏิบัติต่อหรือจะเลิกปฏิบัติ

เห็นไหมคะ กิเลสพาลามปามร้ายกาจไปถึงโน่นแน่ะ เอาถึงพระพุทธเจ้าเลย

ท่านอาจารย์ก็หัวร่อฮึ ๆ แล้วบอกว่า “คนเรา ถ้ามัวแต่ไป *ยึดอยู่กับเรื่องที่ผ่านพ้นมาแล้ว เราก็เป็นคนตาย* แล้วล่ะสิ เพราะของที่แล้วไปแล้วผ่านไปแล้ว ก็เป็นซากไปแล้ว ไม่เหลืออยู่ ของที่กำลังมีประโยชน์อยู่ ก็คือ *เดี๋ยวนี้*”

ตัวเองก็ไม่พูดอะไร ท่านก็คุยเรื่องโน้น เรื่องนี้เรื่องนั้นต่อไป ก็ยังไม่รู้ว่าท่านสอนให้แล้ว ปรากฏว่าเราก็รับไม่ได้ ในใจเกิดหงุดหงิด พอท่านกลับไปแล้ว

ก็สะดุดอยู่อันหนึ่งว่า

ถ้าเราปฏิบัติธรรมต่อเนื่องอยู่ตลอดเวลา ก่อนท่านอาจารย์ลงมา ใจเราก็สงบดีอยู่ แล้วทำไมเมื่อได้เจอท่านอาจารย์ การได้เห็นสมณะเป็นมงคลอันสูงสุด ใจเราถึงกลับรุ่มร้อน หงุดหงิดเหมือนกับผีบ้าอย่างนี้ ต้องมีอะไรผิดสักอย่างหนึ่ง สติเริ่มมา แต่ก็ไม่ยอมรับความจริง เราไม่ผิด ท่านอาจารย์ล่ะสิผิด

ตอนนี้เริ่มเห็นแล้ว การไปเพ่งโทษคนอื่นนี่ กิเลสชัด ๆ แต่ใครจะไปรับได้ พูดจาไม่อยู่กับร่องกับรอย ก็ยังถูไถต่อไปเรื่อย ๆ

ถ้าเรามีสติที่เป็น *สัมมาสติ* พระพุทธเจ้าตรัสว่า เราต้องเห็น *ปัจจุบันขณะ* และปัจจุบันธรรม

ใจของเราจะต้องอยู่กับความเป็นจริง ๆ ที่อยู่ต่อหน้าเรา ที่นี่ และเดี๋ยวนี้ เพราะอะไรเพราะธัมมะของพระพุทธองค์ จะมีผลหรือไม่มีผลก็ตรงกุญแจดอก *ปัจจุบัน* นี้เท่านั้น

ถ้าเราไม่เห็นปัจจุบัน และไม่ตระหนักในคุณค่าของปัจจุบัน ต่อให้เรารู้ธัมมะหมดพระไตรปิฎกของพระพุทธเจ้า ท่องได้ไม่มีหลงไม่มีลืมเลย แต่เวลาที่จะเอามาคุ้มครองตัวเองไม่มี เพราะขณะปัจจุบันนี้ เดี๋ยวนี้

เท่านั้น ที่เราจะประกอบ *ปัจจุบันกรรม* เพื่อเป็นเสบียงกรัง เพื่อผ่อนหนี้ของเราให้หมดไป เพื่อให้เกิดเป็นมรรค หรือเป็นสมุทัยขึ้นมา ก็ตรงปัจจุบันนี้เท่านั้น

แต่ถ้าปัจจุบันแต่ละขณะนี้ เราไม่เปิดใจของเราให้ไวทันที่จะคว้ามาทำให้เป็นประโยชน์ มันผ่านไปแล้วก็ผ่านไปแล้ว ถ้าเราไปหวังในอนาคตที่ยังมาไม่ถึง เราเกิดขาดใจตายไปเสียก่อน เราก็ชวดโอกาสอันนั้น แต่ตรงนี้ ขณะเดี๋ยวนี้ ที่กำลังเป็นอยู่ *ทุก ๆ ขณะที่เรากำลังหายใจเข้า หายใจออกนี้เท่านั้นคือสิ่งมีค่าที่สุดในชีวิตของเรา*

เจ้าชายสิทธัตถะบรรลุสัมมาสัมโพธิญาณ ก็เพราะว่าท่านอยู่กับปัจจุบัน ท่านตั้งจิตอธิษฐานว่า ตรงปัจจุบันนี้ ณ วันเพ็ญเดือนหก ที่ท่านตั้งพระทัยเด็ดขาดว่า ถ้าเผื่อไม่มีความรู้ ไม่มีความสามารถ ท่านย่อหย่อน ไม่มีความเพียร ก็ให้ตายไปเลย แต่จะไม่ขยับเขยื้อน ไม่ยอมแพ้อีกแล้ว และท่านก็ทำได้สำเร็จ

ท่านจึงบอกว่า *พุทธศาสนาเป็นศาสนาของการกระทำ เป็นศาสนาของปัจจุบัน*

ของเก่าของแก่ เราจะชั่วร้าย เราจะเป็นอะไรมา

ไม่เป็นของผิดปกติ เพราะถ้าเราไม่ชั่วไม่ร้ายมา เราไม่เหลือซากมาเกิดเป็นตัวเราแล้วเราเป็นพระอรหันต์ไปแล้ว

นี่เพราะว่าเรายังถูกกิเลสหลอก เรายังหลงเอามือของเรา กายกรรม เอาปากของเราวจีกรรม เอาใจของเรา มโนกรรม ไปเป็นขี้ข้าให้กิเลสหลอกเอาไปใช้เสร็จแล้ว เวลาเราทำกรรมเหล่านี้ลงไปแล้ว ถูกปรับไหม มีวิบากเกิดขึ้น กิเลสไม่ได้มารับรู้ด้วย กิเลสสบายไปหัวร่อเยาะอยู่ที่ไหนก็ไม่รู้ ปล่อยให้เราเข้าคุกเข้าตะราง ทุกข์โทมนัส เพราะวิบากตกลงมาบนร่างกายของเรา

วิบากเป็นสมมุติ ก็ต้องสมน้ำสมเนื้อกับสมมุติ คือร่างกายที่จะเป็นเขียง ให้มันมาบริหารได้ แล้วเราก็โง่เซ่อ ไม่มีสติพอที่จะแยกใจของเราออกจากกาย เราก็เอาใจของเรา ไปผูกเอาไว้ด้วยอวิชชากับอุปาทานกับกายอันนี้ แล้วเราก็ทุกข์โทมนัส น้อยเนื้อต่ำใจว่าเรื่องอะไร ทำไมคนอื่น ๆ เขาถึงไม่ทุกข์อย่างเรา ทำไมเราถึงทุกข์อย่างนี้ ทำไมเราถึงเป็นคนโชคร้ายอย่างนี้

จริง ๆ แล้วถ้าเรามีสติรู้ว่า ก็เราอยากโง่เซ่อ เอามือเราไปเป็นขี้ข้ากิเลส เอาปากเราไปเป็นขี้ข้ากิเลส

เมื่อเจ้าของเขาจับได้ไล่ทันปรับใหม่เอา ก็ใช้หนี้เขาไปสิ

แต่ใจของเราไม่เห็นจะต้องไปผูกเอาไว้กับกายกับปากอันนี้เลย เราก็เอาใจของเราเก็บเอาไว้ ไม่เกี่ยวไม่ข้อง ก็สบาย ความทุกข์ ความคับข้อง ความน้อยเนื้อต่ำใจก็ไม่เกิดขึ้น

พอเรามีสติเห็นอย่างนี้ ชีวิตของเราก็เริ่มเบาสบายขึ้น ไม่อย่างนั้น เราไปแก้ตรงไม่ใช่ที่จะแก้ เราไปคิดว่าอยู่ตรงนี้ไม่ดี เราจะต้องย้ายสถานที่ คนเหล่านี้ไม่ดีจะต้องย้ายบุคคลเหล่านี้ เราไปคิดแก้ที่วัตถุสิ่งของ คิดแก้ที่โลก ซึ่งไม่ใช่อำนาจของเราที่จะไปบังคับเปลี่ยนแปลงหรือแก้ไข ให้เป็นไปดังใจปรารถนาของเราได้

แต่ที่ *ที่ควรแก้* คือ ใจ ของเราเอง ที่มีทิศทางที่ผิดไปยึดผิดเห็นผิดเอาไว้ เราจะต้องหมุนกลับให้มาเป็นสัมมาทิฐิ ให้มาเป็นสัมมาสติเสีย จะได้คอยรั้งใจของเราให้เห็นตามเป็นจริง อยู่กับความเป็นจริง แล้วก็รู้เท่าทันปัจจุบัน ไม่หลุดไหลไปในอดีต ไปในอนาคตตรงนี้ เราไม่เห็น เราไม่ทำ

เมื่อเราไม่เห็น เราไม่ทำ ความทุกข์ก็ยังเบียดเบียนย่ำยีจิตใจเราอยู่อย่างนั้นตลอดเวลา เวลาอะไรเกิดขึ้นกับกายเรา เราก็ไม่เห็นว่าจริง ๆ แล้ว ไม่มีกายเรา ไม่มี

กายเขา มีแต่ดินน้ำลมไฟ เป็นบ้านที่อยู่อาศัยของใจที่เป็นนาม

ถ้ามีสติรู้เท่าทันกายอย่างนี้ เวลาที่มีเรื่องขุ่นเคืองกับกายคนอื่น แทนที่เราจะไปบอกว่า เกลียดนักเชียวไอ้คุณ ก. นี่น่ะ ถ้าเราไม่สามารถขับไสมันไปได้ หรือว่าถ้ามีคุณ ก. อยู่ ก็อย่ามีเราอยู่เลย เราก็จะบอกว่าไอ้กิเลสตัวนี้มันทุเรศอย่างนี้นะ ทำอย่างไรเราถึงจะระมัดระวังไม่ให้มาโผล่อยู่ในใจเรา แล้วมาขอยืมกายขอยืมวาจาเราเป็นสนามได้

พอเราคิดอย่างนี้ คุณ ก. หมดความหมาย เราไม่สนใจแล้วว่าคุณ ก. จะมีอยู่หรือไม่มีอยู่ แต่เราจะหันมามองโลกในของเรา ปรับปรุงคุณภาพ หาภูมิคุ้มกันให้กับใจของเราว่า ไม่มีวันนะที่ฉันจะเพลี่ยงพล้ำในกาลข้างหน้า

เมื่อเป็นอย่างนี้ ใจเราก็สงบ ใจเราก็อิ่มเต็ม แล้วเราก็ไม่ไปก่อวิบากกับคุณ ก.

เริ่มต้นที่พระพุทธเจ้ากับพระเทวทัตจะมาเจอะเจอกันด้วยความแข่งดีกันอย่างนี้ ก็เพราะว่าพระเทวทัตท่านไม่รู้เท่าทันกายเท่าทันใจของท่าน อย่างนี้แหละค่ะ

เริ่มต้น ทั้งพระพุทธเจ้าและพระเทวทัตเป็นพ่อค้าเร่ด้วยกัน พระเทวทัตเอาสินค้าเร่ของตัวไปขายที่เมืองนี้

ก่อนพระพุทธเจ้า พอไปถึงเมืองก็มียายแก่ตั้งบ้านเรือนอยู่ใกล้ประตูเมือง หลานของยายแก่อยากได้ของเล่นร่ำร้องยายให้ซื้อของเล่นจากพ่อค้าคือพระเทวทัต ยายไม่มีสตางค์ ก็ไปรื้อเจอถาดเก่าคร่ำคร่าใบหนึ่ง เอามาถามพระเทวทัตว่า ถาดใบนี้พอจะแลกได้ราคาสักเท่าไหร่ เพราะหลานร้องอยากจะได้ของเล่นอยู่ พระเทวทัตหยิบดูแล้วก็รู้ว่า ถาดใบนี้น่าจะเป็นทองคำ ลองขูดดูก็รู้แน่ว่าเป็นทองคำ แต่ความที่รู้มาก แทนที่จะยอมรับว่าถาดใบนี้มีค่ามาก พระเทวทัตกลับบอก โอ๊ย ถาดอะไรกันเก่าอย่างนี้ แลกไม่ได้อะไรหรอก แล้วตัวเองก็คิดด้วยความรู้มาก ถ้าเราแบกถาดใบนี้ไปด้วย เหนื่อยเปล่า ๆ เพราะฉะนั้นเราทำเป็นไม่สนใจเสีย แล้วก็ไปขายของให้หมดเสียก่อน พอจะกลับบ้าน อย่างไร ๆ ก็ต้องผ่านทางนี้ตอนจะออกประตูเมืองไป เราค่อยมาตัดราคาซื้อถาดกลับไป

ก็กระหยิ่มยิ้มย่องว่า วันนี้เราโชคดีแท้ ๆ คิดเอาไว้แล้วว่าขากลับต้องมาเอาให้ได้ แต่ไม่ได้อยู่กับความเป็นจริงว่า ถาดใบนี้เป็นถาดของยายนะ แล้วเราก็ไม่ได้บอกสักคำว่าเราจะมาซื้อขาย ยายจะต้องเก็บไว้ให้เรา

พอสาย ๆ พระพุทธเจ้าซึ่งเป็นพ่อค้าเร่อีกรายหนึ่ง

เข้าเมืองมา หลานก็ร้องบอกยายให้ซื้อของให้ ยายก็เอาถาดใบนี้ออกมาใหม่

พระพุทธเจ้าดูแล้วเห็นว่าเป็นถาดทองคำ ก็บอกยายตามเป็นจริงว่า ยาย ถาดของยายนี่น่ะมีค่ามหาศาล เป็นทองคำแท้ สินค้าของผมหมดที่มีอยู่ ยังไม่เท่าราคาถาดของยายเลย

ยายก็ดีใจ เพราะไม่เคยรู้เลยว่าในบ้านมีของมีค่าถึงแค่นั้น ก็ถามว่า พ่อคุณ ดูแน่ ๆ แล้วหรือ อย่าให้เป็นบาปเป็นกรรมนะ พระพุทธเจ้าก็ยืนยันว่าใช่ ยายก็บอกว่า ถ้าจะยกสินค้าทั้งหมดให้ ยายก็จะแลก ยกถาดให้ไปเลย ไม่ต้องหาอะไรมาเพิ่มเติม เพราะว่ายายเต็มใจได้ของแค่นี้ก็พอแล้ว

ตกลงพระพุทธเจ้าก็ยกสินค้าให้ยายหมด ไม่ต้องไปเร่ขายที่ไหนเลย แล้วตัวเองก็รับถาดทองคำไป

ตกบ่ายพระเทวทัตกลับมา รู้ว่ามีคนมาตัดหน้าเอาถาดไป หน้าตาพระพุทธเจ้าเป็นอย่างไรก็ไม่เคยเห็น ชื่อเสียงอะไรก็ไม่รู้

แต่เพราะใจที่ไปยึดผูกพันไว้ว่า *นี่ถาดของเรา* สติไม่มี พระเทวทัตก็คั่งแค้น ตั้งจิตอธิษฐานว่า ไอ้พ่อค้าเร่คนนี้ที่บังอาจมา *ขโมย* ของเราไป ขอให้เราได้เจอะ

ได้เจอกันทุกชาติทุกภพ แล้วก็ทำให้มันเจ็บช้ำน้ำใจ ให้มันเดือดเนื้อร้อนใจอย่างที่มันทำกับเรา

พระพุทธเจ้าไม่ได้ทำอะไรให้กับพระเทวทัตเลย ก็เหตุปัจจัยมีว่ายายมีถาด หลานยายอยากได้ของ ยายเอาถาดมาให้ดู พระพุทธเจ้าก็ว่าไปตามเนื้อผ้า ก็ไม่รู้ว่าถาดใบนี้มีใครตีตราเอาไว้ก่อน จองเอาไว้ก่อน ก็ไม่บอก ก็ไม่รู้

แต่พระเทวทัตสำคัญผิด คิดว่า เราเป็นเจ้าของแล้ว เรามีสิทธิ์จะได้ ท่านก็เลยจองเวรขึ้นมาอย่างนี้ ก็เลยเจอะเจอกับพระพุทธเจ้าไปตลอดเวลายาวนานที่เป็นพระโพธิสัตว์ จนถึงชาติสุดท้ายที่พระพุทธเจ้าตรัสรู้สัมมาสัมโพธิญาน

เวลาที่เราไม่มีสติอยู่กับใจเราทำให้หนทางของเราทุรกันดาร และสิ้นเวลายาวนานแค่ไหน

แต่โชคดีที่หลังจากที่ทุกข์จนถึงที่สุดแล้ว พระเทวทัตก็ได้สติขึ้นมา ท่านได้คิดว่า ตลอดเวลาที่เราร้อนรุ่มไปนี่ พระพุทธเจ้าไม่ได้ทำอะไรเลย พระพุทธเจ้าก็เสมอต้นเสมอปลาย ก็เมตตากับเราอยู่ ไม่เคยแกล้งลงโทษหรือแก้แค้นเราเลย อย่ากระนั้นเลย เราจะไปขออโหสิกรรม จะไปขอขมาต่อพระพุทธเจ้าเถิด

พอท่านระลึกได้อย่างนี้ ก็บอกลูกศิษย์ให้หามท่านไป ตอนนั้นท่านเดินไปเองไม่ไหวแล้วเพราะท่านไม่สบาย

ในชาดกก็ว่าว่า พอพระเทวทัตลุกขึ้นจากเตียง เอาเท้าหยั่งลงบนพื้นดิน บาปก็หนักหนาจนกระทั่งพื้นดินไม่สามารถจะรับไว้ได้ ธรณีก็เลยแยกสูบพระเทวทัตลงไป

แต่ถึงเหตุวิบัติจะเป็นถึงแค่นั้น จิตของพระเทวทัตที่มีสัมมาสติมาคุ้มครองแล้ว ก็ทำให้ท่านไม่เปลี่ยนใจ ท่านกล่าววาจาขอโทษ ขอขมาจากพระพุทธเจ้า แล้วก็ตั้งในใจว่า อะไรก็ตามที่ทำผิดไว้ก็ยินดีรับชดใช้

พระพุทธเจ้าก็พยากรณ์ว่า การมีสติระลึกรู้ตามเป็นจริงและก็อยู่กับความเป็นจริงอย่างนี้ พระเทวทัตหลังจากไปตกระกำลำบากรับใช้โทษผิดในนรกอเวจีแล้ว ก็จะได้มาเกิดเป็นพระปัจเจกพุทธเจ้า ตามบุญกุศลที่มีอยู่ และมีใจที่อยู่กับความเป็นจริง ทำผิดก็ยอมรับผิด

จากตัวอย่างนี้ ถ้าเราระลึกนึกได้ว่า เราทำผิดทำชั่วมันหนักหนา คงจะแก้ตัวไม่ไหวหรืออย่างไร ก็อย่าท้อใจไป เพราะอย่างพระเทวทัต ท่านก็ยังจะกลับมาเป็นปัจเจกพุทธเจ้าได้

ใจของคนเราที่เป็นธาตุรู้นี้ ไม่มีวันหรอกที่จะชั่วเสียจนกลับตัวกลับใจไม่ได้ เพราะธรรมชาติของใจที่เป็นอมตธาตุ ที่เป็นธาตุรู้อันนี้ ก็เป็นแหล่งสะสมคุณธรรมความดีความงามอยู่แล้ว

แต่บางครั้งคุณธรรมเหล่านี้ ไม่สามารถฉายแสงออกมาพ้นจากขี้ฝุ่นขี้ผงของกิเลสได้ ก็เลยทำให้เราคิดว่าเรามีแต่ขี้ฝุ่นขี้ผง เรามีแต่ความโลภความโกรธความหลง

แต่จริง ๆ ก็มีเวลาที่ถ้าลมพัดขี้ฝุ่นเหล่านี้ออกไปหมด เราก็มีน้ำจิตน้ำใจ เราก็มีเมตตากรุณา เราก็มีความเห็นตรงตามเป็นจริงได้ ถ้าเราเห็นอย่างนี้ เราจะได้พากเพียรฝึกสติของเราต่อไป

การฝึก ก็อย่าไปตั้งเป้าว่าเมื่อเราพยายามที่จะระลึกรู้ตามเป็นจริงแล้ว เราต้องเห็นตามเป็นจริง ไม่ใช่ของง่ายอย่างนั้น

ใจของเราถ้าจะเปรียบเทียบ เหมือนอย่างกับเป็นน้ำในแก้ว มันก็ไม่ได้โปร่งโล่งให้เห็นชัดอย่างนี้ หากซับซ้อนกันอยู่เหมือนกลีบหัวหอม ใจของเราที่มีสติสัมปชัญญะอยู่ ที่เรียกกันว่า เราเป็นคนปกติมีสติสัมปชัญญะนั้น สติของเราเคลือบอยู่แค่ผิวนอกที่เป็นจิตสำนึกทำให้เรารู้ว่า การจะอยู่ในสังคม เราจะมีคนนับหน้า

ถือตานี้ เราต้องเคารพกฎเกณฑ์ เราต้องรู้ประเพณี การประพฤติตัวให้ถูกกาลเทศะ อะไร ๆ ที่คนปกติทำกัน เราจำได้ เรารู้อยู่

ใครที่สติสัมปชัญญะเปลือก ๆ ถลอกไป ไม่เต็มบริบูรณ์เหมือนคนส่วนใหญ่ เราก็บอกว่า ไอ้นี่มันบ้า ถ้าหนักมากจนกระทั่งไม่รู้กาลเทศะ ก็ต้องเอาไปไว้ในโรงพยาบาลโรคจิต

ทีนี้พอถึงกลีบหัวหอมชั้นถัดเข้ามา จิตใต้สำนึก จิตไร้สำนึกของพวกเรา จะไม่มีสติที่จะระลึกรู้เท่าทันความเป็นจริง จึงทำให้เรามีพฤติกรรมที่เราเองก็พิศวงว่า ทำไมเราจึงทำอย่างนี้ได้ ทั้ง ๆ ที่รู้ว่าไม่ควรจะทำ

เพราะเรา *รู้ด้วยสัญญา* รู้ว่าสิ่งนี้ ๆ ผู้รู้สอนเอาไว้ พ่อแม่สอนเอาไว้ เราเองก็เคยรู้ว่าไม่ควรทำอย่างนั้น แต่อำนาจของสติที่จะรักษาใจเรา ยังไม่คมพอที่จะเสียบทะลุลงไปถึงจิตส่วนนั้นได้

พอมีอะไรกะทันหันที่เราไม่ได้เตรียมพร้อม ไม่ได้บอกย้ำตัวเอง จนกระทั่งทำให้เราตื่นตัวอยู่กับความจริงอย่างนั้นได้ เราก็เลยตอบสนองออกไปด้วยอัตโนมัติของความเคยชินของกิเลส เราจึงมีพฤติกรรมที่บังคับตัวเองไม่ได้

พอมาปฏิบัติแล้ว เราจะเห็นจิตส่วนนี้เป็นครั้งคราว บ่อยขึ้น เพราะแต่ก่อนมันก็แสดงตัวของมันอยู่ แต่ว่า เราไม่ได้ไปสนใจ เหมือนคนละเมอ อะไรเกิดขึ้นเราก็ ไม่รับรู้ เราก็ไม่เห็น ก็เหมือนไม่มีอยู่หรือไม่เกิดขึ้น

แต่พอมาฝึกสติ เราเริ่มเห็น แต่ก็ยังไม่เข้าใจความ หมาย เรามักเห็นในรูปแบบว่า ทำไม เราก็ปฏิบัติอยู่ เราก็ปฏิบัติถูกต้องทุกอย่าง แต่ทำไมบางวัน ใจเราก็ดี๊ดี อีกวันหนึ่ง ทั้ง ๆ ที่เราปฏิบัติอย่างเดิม แต่ใจเราห่อเหี่ยว หรือใจเราหงุดหงิด ใจเราไม่ดีเลย มีแต่ความคิดที่เป็น อกุศล เดี๋ยวก็ไปอยากได้ไอ้โน่น ไปขัดเคืองไอ้นี่ ทำไม ถึงเป็นอย่างนั้น

ถ้าเราไม่มีสัมมาสติที่จะรักษาใจของเราที่ให้ปฏิบัติ ต่อไป เราก็จะเดือดร้อน คิดว่า นี่คือการพิจารณา ทำไม นะ ทำไมถึงเป็นอย่างนี้ แล้วพยายามหาเหตุผลไปแก้ไข

เราเลยยิ่งยุ่งใหญ่ เพราะเรายิ่งหงุดหงิด เหตุผลที่ เราได้ก็ไม่ใช่เหตุผลที่เป็นวิปัสสนา แต่เป็นเหตุผลของ กิเลส เพราะมันเป็นสถิติของความดันเดาที่เราเคยทำมา ตั้งแต่เก่าก่อน แล้วก็ไม่ทำให้อะไรดีขึ้น แล้วเราก็ปวดหัว ไปหมด ดีไม่ดีเราก็เลยท้อถอย

แต่ถ้าเราฝึกปฏิบัติเอาสติไว้กับใจ อ้อ ใจของเรา

ที่ยังไม่สะอาดบริสุทธิ์เป็นใจของพระอรหันต์ ก็เป็นไตรลักษณ์อย่างนี้เอง เพราะกิเลสเป็นของสมมุติ เมื่อเราตกอยู่ภายใต้กิเลส ก็มีความวิปริตอย่างนี้ ถ้าจะไปคิดว่า เราเชื่อตัวเราได้ เราดีแล้ว อย่าเผลอเป็นอันขาด เพราะดูสิ เมื่อวานเราก็ปฏิบัติอย่างนี้ วันนี้เราก็ปฏิบัติอย่างเมื่อวานนี้ แล้วทำไมใจเราถึงได้ผิดไปเป็นอย่างนี้ได้

อ๋อ มันไม่เที่ยงอย่างนี้เอง แล้วก็ไม่มีกฎไม่มีเกณฑ์อะไร พระพุทธเจ้าตรัสแล้วว่า ถ้าเราไปหาเหตุผลกับกิเลส เราบ้าตาย เพราะฉะนั้น เรารู้ ดูมันไป ว่ามีอะไรอีกบ้างที่เรายังไม่รู้รอบ รู้จริง ใจก็ค่อย ๆ สงบ เพราะสติตั้งมั่น เราก็คอยจ่อดู รู้ ไม่ให้คลาดสายตาไป

พอเป็นอย่างนี้ เราก็เริ่มเห็นใจที่เมื่อกี้ทำท่าเหมือนอย่างกับไข้ขึ้น วางยากี่ขนาน ๆ ก็ไม่ดีเลย คราวนี้ไม่ได้วางยาอะไรเลย ไข้ลด อาการค่อย ๆ ดีขึ้น

ถ้าสติยังไม่คมพอ เราก็เผลอไปดีใจ ไปฟู ไปยึดอยากในอาการอันนี้ของใจ มันก็เกิดความกระวนกระวายขึ้นมาใหม่ ก็เกิดความกระเพื่อมขึ้นมาใหม่ เพราะสติหลวมไป กิเลสที่เป็นตะกอนข้างใต้ก็เริ่มเข้ามาแกว่งไกว ทำให้ใจของเรากระเพื่อมอีก เราก็กังวล เราก็ห่วง

ตกลงก็กลับไปเป็นสภาพเดิมอีก เราก็หงุดหงิด

เพราะไม่เข้าใจตามสภาวะที่เป็นจริง เราก็จะเผลอไปหาเหตุหาผล หรือไปคิดว่า เอ๊ะ มันเรื่องอะไร ไปโทษซ้ายโทษขวา อ๋อ ไอ้คนนี้มาพูดกวนใจเรา ไปเพ่งโทษเขาเข้าไปอีก ทำให้เราก่อหนี้ก่อสินด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการณ์

แต่ถ้าเราได้สติ อ๋อ ไตรลักษณ์อีกแล้ว เห็นไหม ทุกอย่างในโลกนี้เป็นของคู่กัน มีชั่วก็มีดี มีมืดก็มีสว่าง อ้อ เป็นอย่างนี้เอง ไม่ได้ไปทำอะไร ไม่ได้ไปเปลี่ยนแปลงอะไร มันก็เปลี่ยนแปลงตัวของมันเอง เพราะว่าทุกอย่างเป็นอนิจจัง เกิดขึ้น เปลี่ยนแปลง ดับไป ไม่มีอะไรคงที่

พอเราสอนใจเราอย่างนี้ แล้วใจเราเกิดเห็นจริงขึ้นมา ก็จะเกิดความรู้ขึ้นในใจ ใจอันนี้ก็จะเป็นสติสัมปชัญญะปัญญาขึ้นมา อะไรมากระทบ ก็จะอยู่กับปัจจุบันคมกริบ แล้วก็รู้ตามเป็นจริง อ้อ มันอย่างนี้นะ ก็ดูมันไปด้วยใจที่ตั้งมั่น ไม่ได้กระเพื่อม ไม่ได้กระเทือน อะไรจะแสดงให้ดู อ๋อ เป็นอย่างนี้นะ

แต่ถ้าสติยังไม่คมถึงอย่างนี้ พออะไรแสดงให้ดูไม่ตรงกับที่เรายึดอยากไว้ โอ๊ย ทำไมจึงเป็นอย่างนี้ไม่ได้ ๆ ๆ ต้องแก้ แล้วก็กระโจนไปแก้ตรงนั้น แก้ตรงนี้ แล้วก็วุ่นวายหนักขึ้นไปอีก เพราะว่าเราไปแก้ด้วยสมุทัย

เราไปแก้ด้วยมิจฉาทิฐิ ด้วยเอากิเลสในใจของเราเป็นทิศทาง ก็เลยทำให้อะไรต่อมิอะไรวุ่นวายหนักเข้าไปอีก

นี่แหละค่ะการปฏิบัติ ถ้าเราคอยตั้งสติระวังรักษาใจของเราไว้อย่างนี้ เราก็จะค่อย ๆ เห็นว่าใจอันนี้ค่อยมีความสงบโดยลำดับ

แต่เดิมเราไปเข้าใจว่า ถ้าเรามีสติ แปลว่า อะไรเกิดขึ้น ผิดพลาดไม่ได้ ถ้าเกิดผิดพลาดขึ้น เราจะต้องไปแก้ตรงโน้น จัดตรงนี้ ทำตรงนั้น อันนั้นภาวนาสะสมอัตตา ไม่ได้ปล่อยว่าง ยิ่งภาวนายิ่งเครียด ยิ่งภาวนายิ่งใครพูดไม่ถูกหูไม่ได้ ยิ่งเป็นผู้เผด็จการ และบางทีก็รู้สึกปวดต้นคอ ปวดหัว เพราะมันเกร็ง มันเครียดไปหมด

แต่ถ้าเราปฏิบัติจริง ปฏิบัติแล้วสติของเรางอกงามเป็นสัมมาสติ เป็นมรรค ใจของเราจะมีกำลังตั้งมั่นแล้วก็จะสงบ แล้วก็จะฟังเป็น

ใครพูดอะไร จะเปิดใจฟังเต็มที่ ไม่ได้ฟังแล้วไปคิดเถียงอยู่ในใจ หรือไปให้คะแนนเขา เหมือนอย่างที่ดิฉันเล่าเรื่องตัวของตัวเอง ก็จะเห็น ไม่ว่าใครพูดอะไร เราจะนึกว่า เขากำลังบอกอะไรเรา ไตร่ตรองจนกระทั่งเราได้ข้อดี ถ้าไม่ได้ก็กองเอาไว้ตรงนั้น ไม่ไปวิพากษ์วิจารณ์

ไม่ไปให้คะแนน

ใจอันนี้ ก็จะเป็นใจที่เหมือนใบบัว อะไรมากระทบรับเข้ามา ถ้าได้ประโยชน์ก็เก็บเอาไว้เป็นประโยชน์ ไม่ได้ประโยชน์ก็กองทิ้งเอาไว้ แล้วก็รักษาสถานะของตัวเอาไว้อย่างเดิม รู้ เตรียมพร้อม อยู่กับปัจจุบัน มีความว่องไว พออะไรเกิดขึ้น มากระทบอายตนะ ก็จะรู้เท่าทันตามความเป็นจริง

ไม่อย่างนั้นก็จะเกิดกรณีเลือกถั่วเขียวนั่นแหละค่ะ คืออะไรเกิดขึ้น รู้เหมือนกัน แต่ความเป็นจริงยังถูกทิ้งไป ยังรู้ด้วยความยึดที่เคยทำอยู่ เปลี่ยนมาอยู่กับความจริงทันทียังไม่ได้ คล้าย ๆ กับว่าเราเป็นเครื่องยนต์อัตโนมัติที่กดปุ่มเอาไว้ ก็เลยยังทำซ้ำซาก ๆ อย่างความเคยชินอันเก่า พอเปลี่ยนโปรแกรมทันทีทันใด เครื่องยังไม่ทันลบเทปอันเก่า ยังเอาอันเก่ามาบริหารต่อ ก็เกิดความผิดพลาดขึ้น

แต่ถ้าเราฝึกตัวเราจนกระทั่งสติคมที่จะรักษาใจให้อยู่กับปัจจุบันได้จริง ๆ เราจะไม่เผลอไม่พลาดอย่างนั้นไปอีก และเราจะเห็นว่า อะไรก็ตามที่เราเคยทำอยู่ด้วยความเคยชินจะหายไป อะไรที่เราทำไป สติจะเข้ามารับรู้และรับผิดชอบสิ่งที่เราทำลงไปว่า ถ้าเกิดพลาด

ขึ้นมา ก็เพราะว่า เรายังไม่มีวิชชาเพียงพอ เราจะได้เรียนรู้ และจะได้แก้ไข

เราก็ไม่ขุ่นเคือง ไม่กระทบกระเทือน ก็เก็บอันนี้สะสมเอาไว้เป็นเสบียง เพราะถึงผิดเราก็ได้ปรับปรุงตัว

ถ้าไม่ผิด แต่เรายังมีความรู้ไม่จริงอยู่ ก็เหมือนเรามีตะกอนที่ยังไม่ได้กรองให้หมดไป แล้วก็ไปหลงตัวเองว่า เราไม่มีแล้วของผิดของชั่ว ซึ่งเป็นอันตราย

แต่ถ้าเราถูกกระทบ แล้วตะกอนฟุ้งขึ้นมา อ้อ เราผิด เราได้เรียนรู้ ได้ช้อนทิ้งไป แล้วเราก็เตรียมพร้อมที่จะให้มีอะไรมาชน แล้วก็มีตะกอนฟุ้งขึ้นมาอีก

ด้วยวิธีนี้ แลดูเหมือนเรายิ่งทำเรายิ่งเหนื่อย เรายิ่งทำเรายิ่งมีข้อบกพร่อง แต่ว่า เราใช้หนี้ ใช้หนี้ หมดไป เราไม่ไปหลงยึดติดอยู่ว่า ถ้าปฏิบัติแล้ว ผิดไม่ได้ พลาดไม่ได้ แต่แท้ที่จริงเรายังอยู่ด้วยความหลง เพราะว่าตะกอนก็ยังแน่นอยู่ที่ก้น แต่น้ำข้างบนใส แล้วเราก็คอยไประวัง ใครจะมากระทบเราเพื่อช่วยให้เราเห็นตะกอนของเรา เราก็กีดกันเขาออกไป เพราะฉันยังอยากจะอยู่กับความหลง มันน่าชื่นใจ น่าภูมิใจดี

สติที่ฝึกให้เต็มรอบแล้ว ท่านบอกว่า ใจอันนี้จะไม่ไปยึดอยากในสิ่งที่ควรอยาก ไม่ไปขัดเคืองในสิ่งที่ควร

ขัดเคือง ไม่ไปหลงในสิ่งที่ควรลุ่มหลง ไม่มัวเมาในสิ่งที่ควรมัวเมา

เมื่อเป็นอย่างนี้ เราก็ไม่ยึดอยาก ไม่โลภ ไม่ขัดเคือง ไม่โกรธ ไม่หลง หมดแล้วกิเลสสามกอง ไม่มัวเมา

การที่จะไม่มัวเมาได้ สติต้องคมบริบูรณ์ ใจอันนี้ก็เป็นใจที่ตั้งอยู่ในอัปมาทธรรม คือเป็นใจที่มีสติคุ้มครองอยู่ทุก ๆ ขณะลมหายใจเข้าและลมหายใจออก ใจอันนี้ก็จะเป็นใจที่สบาย มีตนเป็นที่พึ่งแห่งตน

นี่คือการฝึกสติ ที่เราจะเอามาใช้ประโยชน์คุ้มครองตัว อย่างที่พระพุทธเจ้าปรารถนาจะให้เรานำเอามาฝึกปรือเป็นมรดก แล้วก็ใช้คุ้มตัว ให้ได้ผลจริง ๆ

แต่ถ้าเราฝึกแบบของเรา แล้วก็ยึดแบบของเรา ก็จะเหมือนตัวเองที่ไปล่วงเกินท่านอาจารย์ว่า ถ้าพระพุทธเจ้าสอนอย่างนี้ เราจะปฏิบัติต่อหรือเลิกปฏิบัติดี

เวลาที่เราไม่รู้เท่าทันกิเลสในใจของเรานี่น่ะ เรายกตนข่มท่าน สักกายทิฐิในตัวตนของเราคอยหาโอกาสทุกรูปแบบ ที่จะทำให้เราติดอยู่ในโลกนี้

เพราะถ้าเราละสักกายทิฐิได้ ไม่มีเรา ไม่มีตัวตน ไม่มีเราไม่มีเขาแล้วนี่น่ะ อะไร ๆ ก็ง่าย ๆ เข้า ทุกอย่างก็สามารถมองด้วยความเป็นสภาวธรรมได้

แต่ถ้ายังมีตัวเราอยู่แล้ว มันคับจักรวาล แล้วก็เป็นเหมือนแรงดึงดูดโลก ที่ทำให้ ไม่ว่าเราจะขว้างอะไรขึ้นไปสูงแค่ไหน เราบอก เรากำลังปฏิบัติเพื่อให้หลุดพ้นก็ไม่หลุดพ้น ประเดี๋ยวแรงดึงดูดโลกคือสักกายทิฐิก็ดูดกลับเข้ามาอีกที่ตัวเรา ก็ต้องมาเกิดอีก เวียนอยู่อย่างนี้ไม่รู้จบรู้สิ้น

เราจึงต้องพยายาม ให้สติของเราเป็นเหมือนกับกำลังจรวด ที่เขาสามารถทำให้จรวดเร็วจนแรงดึงดูดโลกดึงมาไม่สำเร็จ ก็หลุดเข้าไปในอวกาศ แล้วก็ไปถึงพระจันทร์ได้

ถ้าเรามีสติที่เข้มแข็งพออย่างนั้น จิตอันนี้ของเราก็จะหลุดจากสักกายทิฐิ ทำให้เราสามารถเดินเที่ยงตรงไปจนกระทั่งถึงที่สุดได้

ก็หวังว่าที่เราคุยกันวันนี้ คงเป็นกำลังใจให้เราตั้งหน้าตั้งตาปฏิบัติต่อไป จนกระทั่งเราคุ้มครองตัวเราได้ มีตนเป็นที่พึ่งแห่งตน



การปฏิบัติธรรมจำเป็นจริงๆหรือ?

บรรยาย ณ ห้องประชุม ๓๐๗ การประปานครหลวง
วันที่ ๒๕ พฤษภาคม ๒๕๓๒

อมรา มลิลา

ท่านประธานชมรมตั้งหัวข้อไว้ว่า "การปฏิบัติธรรมจำเป็นจริง ๆ หรือ?"

ก่อนจะตอบปัญหานี้ ขอโอกาสยกตัวอย่างอันหนึ่งมาเล่าสู่กันฟัง คือศาสตราจารย์ระวี ภาวิไล นำพระ-อภิธรรมมาประยุกต์สอนในรูปแบบของรูปธรรม โดยใช้สปอตไลท์ที่กะพริบเปิด - ปิด เปิด - ปิดได้ กับพัดลม ๓ ใบพัด อาจารย์ให้เราดูพัดลม ซึ่งใบพัดหนึ่งเขียนอักษรเรืองแสงไว้ จากนั้นก็เปิดสวิตช์ให้พัดลมหมุน เราก็เห็น ๒ ใบพัดธรรมดา กับอีก ๑ ใบพัดที่มีอักษรเรืองแสงหมุนอยู่ ต่อมาอาจารย์ปิดพัดลม แล้วเปิดสปอต-ไลท์ที่กะพริบเปิด-ปิดเป็นจังหวะเข้ากับพัดลม กล่าวคือจังหวะที่ไฟเปิดตรงกับใบพัดลมเขียนด้วยอักษรเรืองแสงหมุนมาตรงพอดีกับแสงสปอตไลท์

จากนั้นอาจารย์ปิดม่านให้ห้องมืด แล้วเริ่มการทดลอง

สิ่งที่ทุกคนเห็นกับตาคือ ไฟเปิดสว่างตลอดเวลา พัดลมไม่หมุน มีใบพัดเขียนอักษรเรืองแสงใบพัดเดียวนิ่งอยู่ตลอดเวลา

การทดลองนี้เป็นตัวอย่างให้เห็นว่า ที่เราว่าเรามีสติระลึกเท่ารู้ทันตามเป็นจริงตลอดเวลาน่ะ ไม่จริง สติของเรากะพริบเหมือนสปอตไลท์ ภาวะความเป็นอยู่ในชีวิตปัจจุบัน สัมผัสจากอายตนะลวงเราอยู่ตลอดเวลา ของที่ไม่ต่อเนื่องกัน เราก็เห็นไปว่าต่อเนื่องกัน

ความนึกคิดของเรา หรืออะไร ๆ ที่มาสัมผัสเรา เปรียบเหมือนฟิล์มหนัง ถ้าไม่ได้เอาไปเข้าเครื่องฉาย ก็จะเห็นเป็นแต่ละกรอบ ๆ ไม่มีความต่อเนื่องกัน จำกัดอยู่แค่แต่ละขณะ แต่ละขณะ วิ่งไม่ได้ พูดไม่ได้ ทำอะไรไม่ได้ แต่เมื่อเราเอาความยึดมั่น อุปาทานในใจของเราไปหมุนสิ่งเหล่านี้เข้าด้วยกัน เหมือนกับเอาฟิล์มหนังไปเข้าเครื่องฉาย รูปในแต่ละกรอบของสายฟิล์ม ซึ่งแต่เดิมไม่มีความหมาย ไม่ทำให้เราเกิดอารมณ์รัก อารมณ์ชัง อารมณ์โศก ก็เริ่มมีชีวิตจิตใจ พูดได้ แสดงอาการให้เราเกิดอารมณ์โต้ตอบ มีความเป็นตัวตนคนสัตว์ มีชีวิตชีวาขึ้นมาดึงดูดใจเราให้ไปยึดติด คิดปรุงตอบโต้เป็นเรื่องจริงจัง

ไม่ทราบว่าใครเป็นเหมือนดิฉันบ้าง สมัยเด็ก ๆ หนังฉายถึงบทโศก ดิฉันก็ร้องไห้ไปกับเงาในหนังเสีย จนกระทั่งผ้าเช็ดหน้าเปียกไปหมด ทำอย่างกับว่าเป็นเรื่องของตัวเอง ครั้นออกจากโรงมาแล้ว ก็นึกได้ว่าบ้านะเรานี่...แต่พอไปดูหนังคราวหน้าก็เป็นอย่างนั้นอีกทุกที

จากการทดลองของท่านศาสตราจารย์ระวี ทำให้เราเข้าสู่จุดของเราว่า *การปฏิบัติธรรมจำเป็นจริง ๆ หรือ?*

การปฏิบัติธรรมคือการฝึกให้สติของเราเฉียบคมเพิ่มขึ้น จนเห็นเท่าทันกรอบความคิดเราแต่ละกรอบ ถ้าเรียกขานความคิดของเราว่า *วาระจิต* เราก็จะปฏิบัติให้สติตามรู้เท่าทันแต่ละวาระจิตที่กระเพื่อมเกิด-ดับ เกิด-ดับ เกิด-ดับขึ้นในใจ เหมือนอย่างที่เรารู้ว่าไฟสปอตไลท์กะพริบใบพัดลมหมุน

เราไม่ให้ความช้าเนิบของสติมาหลอกใจให้เห็นไฟกะพริบว่าสว่างอยู่ตลอดเวลา ชีวิตของเราตกอยู่ภายใต้มายาเช่นนี้จนคุ้นเคย กระทั่งว่าใครมาบ่น...ไฟนี่เป็นอะไร กะพริบจนฉันเคืองตาไปหมด เราจะติงทันทีว่าเธอประสาท...ฉันก็เห็นสว่างสม่ำเสมอดีนี่

เพราะเราเอาธรรมชาติของความหลงผิดที่คนส่วนใหญ่เป็น มาจัดเป็นมาตรฐานความปกติ แล้วใครรู้สึกได้ไวกว่านั้น เราว่าผิดปกติ ใครรู้สึกเชื่องช้าเลอะหลงกว่า เราก็ว่าเป็นโรคจิต ต้องไปหาคุณหมอจิตเวช แต่ไม่เคยเฉลียวใจคิดว่าเราไม่ปกติ เมื่อไม่เห็น ไม่ยอมรับว่าเราไม่ปกติ เราก็ไม่แสวงหาวิธีรักษา หรือวิธีพัฒนาตัวให้ดีขึ้น

ตรงนี้จึงเป็นจุดอันตรายร้ายแรง เพราะทำให้เราปิดกั้นหนทางเพิ่มพูนความดีงามของตัว

เห็นอย่างนี้แล้ว เราจะได้คอยเฝ้ารักษาไม่ให้ใจของเราเผลอรับอะไรเข้ามาไม่ตรงตามความเป็นจริง พอเราคอยเอาสติตามมองใจ เวลามีสิ่งมากระทบในชีวิตประจำวัน จะพบว่าเกือบทุกครั้งเราเผลอเป็นอย่างนั้น

ยกตัวอย่าง เรามักพูดว่า “นี่รีบ ๆ ทำเข้า เย็นแล้วเดี๋ยวพระอาทิตย์ตกก็มองไม่เห็น” จริง ๆ แล้วพระอาทิตย์ไม่ได้ตก พระอาทิตย์อยู่เฉย ๆ แต่โลกเราต่างหากหมุนไปรอบตัวเอง ทำให้เกิดกลางวันกลางคืน เมื่อไหร่โลกซีกที่เราอยู่หมุนหนีพระอาทิตย์ก็เห็นเหมือนพระอาทิตย์กำลังเคลื่อนลับหายไป เราก็ว่าเย็นแล้ว กลางคืนแล้ว

พอโลกหมุนวนกลับมาหาพระอาทิตย์ใหม่ เราก็เห็นเหมือนพระอาทิตย์เริ่มขึ้น เช้าแล้วสว่างแล้ว

วิธีที่เราสัมผัสธรรมชาติไม่เคยตรงต่อความเป็นจริง และเราก็ไม่เคยคิดที่จะทวนถามตนเอง หรือแก้ไขทิฐิ คือความคิดเห็นให้ตรงตามเป็นจริง เราคงทำตามความเชื่อที่ถือเป็นประเพณี เป็นความเคยชินสืบต่อกันมา แล้วก็สรุปว่า นี่แหละถูกแล้ว ถ้ามีใครมาแย้งว่า "พระอาทิตย์ไม่ได้ตกสักหน่อย โลกหมุนต่างหาก" เราคงคิดว่า คุณนี่อาการหนัก ใกล้จะต้องไปปรึกษาจิตแพทย์แล้ว

เราเอาตัวของเราเป็นไม้วัด เมื่อวัดแล้ว เราไม่เข้าใจ เราก็ว่าเขาผิด แทนที่จะคิดว่าที่เขาพูดอะไรแล้วเราไม่เข้าใจนั้น เป็นช่องทางให้เราได้สำรวจตัว ปรับปรุงตัวให้เที่ยงตรง หรือเขาไม่ได้ความจริง ๆ กันแน่ เราไม่เคยพินิจพิเคราะห์ไตร่ตรองดูเลย

เห็นอย่างนี้ เราจะได้กลับมามองตัวมองใจของเราว่า ทำไมใจจึงเล่นกลกับเราอย่างนี้ได้ ก็เพราะใจไม่ได้เป็นวัตถุ หากเป็นพลังรู้ เป็นธาตุรู้ แต่ผู้รู้หรือใจนี้ซับซ้อนเหมือนกับหัวหอม

เมื่อเราเอาหัวหอมมา เราเห็นเปลือกนอก ครั้นปอกเปลือกนอกออก นึกว่าเราเจอหัวหอมทั้งหัวแล้ว แต่จริง ๆ ไม่ใช่ เมื่อปอกต่อไปอีกจะพบว่าหัวหอมทั้งหัวประกอบไปด้วยกลีบแต่ละชั้นซ้อนกันอยู่ ใจของเราก็

เป็นทำนองนี้ ชั้นนอกสุดคือพฤติกรรมที่เรารู้จักกัน เจอะเจอกันจำกัดได้ทักทายกันถูก รู้กาลเทศะว่าเป็นอย่างไร จัดเป็นกลีบชั้น *จิตสำนึก* ที่สติที่ฝึกปรือเอาไว้รักษาให้รู้กาลเทศะ รู้อายุของตน ควรประพฤติวางตัวอย่างไร ยับยั้งชั่งใจแค่ไหน

หากเด็ก ๓ ขวบอยากเอาทุกอย่างตามอารมณ์ ก็ไม่เป็นไร ประเพณีขนบธรรมเนียมเป็นกรอบกำหนดไว้ว่าเป็นปกติวิสัย จิตสำนึกของเราคนปกติธรรมดา ก็พาให้ยอมรับในขอบข่ายเหล่านี้ว่าเป็นความปกติใช้ได้

ส่วนที่เป็นจิตสำนึกนี้ มีความบางนิดเดียว นักจิตวิทยาต่างประเทศท่านหนึ่ง สนใจใฝ่ปฏิบัติจิต จนมีประสบการณ์หลากหลาย ได้เปรียบเทียบไว้ว่าจิตสำนึกเหมือนกับสวนญี่ปุ่นเล็ก ๆ ที่เราตกแต่งจัดขึ้น มีอาณาเขตกระจ้อยร่อย เรารู้ชัดทุกหนแห่ง ตรงนี้...กรวดเม็ดนี้เราเอามาวาง มาเรียงไว้ สะพานตรงนั้นทอดข้ามลำคลองน้ำ ตรงโน้นเป็นบันไซที่เราประจงทำขึ้น

แต่กลีบใน ๆ ของหัวหอมที่เป็น *จิตใต้สำนึก จิตไร้สำนึก* ท่านบอกว่า มหึมาล้ำลึกกว้างใหญ่ไพศาลเหมือนกับป่าดงดิบทั้งป่า เวลาเราหลงเข้าไปในป่าจริง ๆ แล้วมองไปจนสุดลูกหูลูกตาก็หาทางออกไม่เจอ จนกระทั่ง

เราหวาดหวั่นว่าคงไม่มีทางทะลุออกไปได้

อะไร ๆ ที่เรากระทำกันไป เราจึงไม่ระลึกรู้ จำไม่ได้ สาวหาเหตุไม่พบ แล้วเราก็ไปไขว้เขวว่า สิ่งนี้ไม่ยุติธรรมกับเรา ทำไมต้องมาเกิดกับเรา ทำไมคนนั้นถึงได้ดิบได้ดี ทั้งที่เขาทำชั่ว แต่กลับได้ดี เพราะทำดีแทบล้มประดาตาย คนอื่นกลับมาแย่งรับผลของเราไปหมด ทำให้เราขาดทุน เป็นแพะรับบาป ถูกเขาเหยียบสันหลัง เหยียบหัวแหลกบี้แบนหมด เพราะเราไม่มีสติที่คมทัน กำหนดเห็น ตอนที่เหตุจริงเกิดขึ้น

ถ้าฝึกให้สติของเราไวเพิ่มขึ้น จนสวนญี่ปุ่นค่อยแผ่อาณาบริเวณเข้าไปในส่วนป่าดงดิบ จิตใต้สำนึกถูกเปลี่ยนมาเป็นจิตสำนึก เพราะสติหยั่งลึกลงไปในเนื้อใจต่อไปก็หยั่งลึกเพิ่มเข้าไปเรื่อย ๆ จนทะลุแก่นกลางหัวหอม แบบเดียวกับเจ้าชายสิทธัตถะบำเพ็ญเพียรจนวันเพ็ญกลางเดือนหก ท่านตรัสรู้อนุตรสัมมาสัมโพธิญาณ

สติของท่านเต็มรอบ คมไวเป็นอัตโนมัติ เมื่อใดที่ใจกระเพื่อม สติจะกระเพื่อมรู้เท่าทันเป็นจังหวะเดียวกันไป ไม่มีตรงไหนเลยที่ใจรับผัสสะ แล้วตอบสนองโดยสติไม่ทันรับรู้ เมื่อเป็นอย่างนั้น ใจทั้งดวงของท่านก็เป็นพุทธะ รู้ ตื่น เบิกบาน เป็นจิตสำนึกที่มีสติสัมปชัญญะระวัง

รักษาอยู่เต็มรอบ ปัญญาญาณจึงหยั่งรู้เหตุทุกอันตามเป็นจริง

ใครอ่านชาดกก็จะทราบว่า ผู้ใดมีเรื่องสงสัยอะไรไปทูลถามพระพุทธเจ้า ท่านจะทรงแสดงเป็นลำดับขั้นตอนว่า เพราะเหตุอย่างนี้อย่างนี้ จึงปรากฏเป็นผลอย่างนี้อย่างนี้ขึ้น ผู้ที่ประสบเหตุการณ์ ตอนแรกก็สงสัยไม่แน่ใจ ครั้นฟังท่านอธิบายจนในใจเห็นจริงตามสิ้นความคลางแคลงสงสัย เกิดความลงใจ เชื่อมั่นศรัทธาประพฤติปฏิบัติตาม

อย่างพวกเรา...เรา...ไม่มีบุญเท่าทันมีชีวิตขณะที่พระพุทธเจ้าทรงมีพระชมน์ชีพอยู่ เราก็ได้แต่อ่านหนังสือ อ่านพระไตรปิฎก ซึ่งบันทึกไว้ว่า ดังได้ยินมาว่าพระพุทธเจ้าตรัสว่าอย่างนี้อย่างนี้...

ผู้ชำระพระไตรปิฎกเป็นปุถุชนก็มี เป็นบุคคลที่ไม่เคยเห็นเคยรู้จักพระพุทธเจ้า จิตใจท่านยังไม่บรรลุอรหัตตภูมิก็มี ท่านอาจารย์เปรียบเทียบธรรมในพระ-ไตรปิฎกว่า ครั้งแรกสุดออกจากพระโอษฐ์พระพุทธเจ้าชำระเรียบเรียงด้วยพระอรหันต์ขีณาสพ เปรียบเหมือนอาหารที่ปรุงออกมาจากห้องเครื่องของพระเจ้าแผ่นดินประณีต เลิศรส ใส่มาในภาชนะทองคำ ครั้นผ่านการ

ชำระครั้งต่อๆมาเปรียบเหมือนพนักงานที่เชิญถาดอาหารทำลื่นหกตกลงไปที่พื้น แล้วเก็บใส่กลับเข้าไปในภาชนะทองคำใหม่ ถึงทุกอย่างจะแลเหมือนเดิม แต่อาหารนั้นก็ไม่บริสุทธิ์ ประณีตเหมือนเดิม เพราะแปดเปื้อนแล้วด้วยขี้ฝุ่นขี้ดิน เกิดมลทินแล้ว

นี่ก็เหมือนกัน พระไตรปิฎกที่ผ่านการชำระสะสางจากปุถุชน ซึ่งภูมิจิตยังไม่ทรงสติสัมปชัญญะปัญญาตามรู้เท่าทันวาระจิตของตัวได้ครบถ้วนตามเป็นจริง ไม่ได้เจตนาแปลความหมายผิด แต่ก็ผิด เพราะดีที่สุดเท่าที่ตัวเคยรู้ ก็รู้เพียงแค่นั้น เหมือนเราไปทำพระไตรปิฎกแปดเปื้อนมลทินโดยรู้เท่าไม่ถึงการณ์

หากเราไปยึดว่าการอ่านพระไตรปิฎก การศึกษาพระธรรมคำสั่งสอนจบแล้ว ทำให้เรามีความรู้ คุ้มครองตัวรอด ก็ยังไม่รอดจริง เพราะเรายังแยกไม่ออกว่าตรงไหนเป็นเนื้อแกง ตรงไหนเป็นกระดูก เป็นก้าง

แต่ถ้าเรามาปฏิบัติฝึกจิตใจของตัวจนกระทั่งสติคมขึ้น ถึงไม่คมเท่าของพระพุทธเจ้า แต่ก็คมถึงจุดที่ทำให้เรารู้ว่า แต่ก่อนนั้นเราเหมือนเด็ก ๖ เดือน เดี๋ยวนี้เราโตเป็นเด็ก ๖ ขวบแล้ว อย่างน้อยที่สุด เราก็พอช่วยตัวเองได้บ้าง รู้ตัวว่าอยู่บนลู่ทางที่ถูกต้อง ถ้าไม่ท้อไม่ถอย

พากเพียรต่อไป ใจของเราย่อมพัฒนาไปเรื่อย ๆ เพราะรู้ชัดแล้วว่าสายทางนี้ถูกแล้ว เราเริ่มเดินไประยะทางหนึ่งแล้ว ถึงจะยังไม่ไปถึงจุดหมายปลายทาง แต่ก็แน่ใจว่าทางสายนี้ไม่มีอันตราย ไม่มีพิษมีภัยกับเรา

จิตใจที่เกิดความเชื่อมั่นศรัทธาแน่นแฟ้นอย่างนี้จะค่อยกลายเป็นอจลศรัทธา ถ้าเมื่อไรศรัทธาของเราแนบแน่นตั้งมั่นปักหลักหยั่งลึกถึงขั้นอจลศรัทธาแล้ว การลูบคลำ การปฏิบัติไม่จริงไม่จังก็ไม่มี สีลัพพตปรามาสก็หมดไป เพราะรู้แล้วว่าการปฏิบัตินี้ไม่ใช่เรื่องเล่น ๆ

ขณะนี้เราเข้ามาเพื่อฟังธรรม เราก็ตั้งสติทำสมาธิฟังให้ธรรมสัมผัสเข้าไปในใจ จิตใจของเราจะได้เป็นสายเทปอัดไว้ พ้นเวลาฟังธรรมออกจากห้องนี้ไป ก็ยังตามรักษาสติเอาไว้ ไม่ใช่เก็บใส่ลิ้นชัก หรือกองทิ้งไว้ในห้องนี้ พอใครพูดจาทำให้เกิดอารมณ์ขึ้นมา เราก็ไหลเป็นผักตบชวาตามกระแสน้ำไป ถ้าปฏิบัติอย่างนั้นท่านเรียกลูบคลำ เพราะเราทำเหมือนเล่นละครกัน ไม่ได้ทำจริงทำจัง

ถ้าศรัทธาแกร่งกล้า เป็นอจลศรัทธา เราจะรู้ว่าร่างกายมีชีวิตอยู่ได้ด้วยลมหายใจ เราจึงเอาสติระวัง

ตามรู้รักษาลมหายใจ ให้รู้ต่อเนื่องสม่ำเสมอ จิตจะได้คงความมีชีวิตอยู่ด้วยสติ *ถ้าปราศจากสติเสียแล้ว พระ-พุทธเจ้าตรัสว่า เราตายแล้วจากโอกาสที่จะทำคุณงามความดี* เพื่อปลดชำระหนี้สินให้ตัวเราเป็นอิสระเสรีวิมุตติจากพันธนาการทั้งปวง

เมื่อไรที่ไม่มีสติอยู่กับใจ พระพุทธเจ้าตรัสว่า แม้ยังหายใจอยู่ก็เหมือนตายแล้ว เพราะเป็นอยู่ด้วยความประมาท กล่าวคือ ตายแล้วจากโอกาสช่วยตัวเอง สั่งสมกระทำคุณงามความดีเพื่อเป็นเสบียง

ด้วยเหตุดังนี้ *การปฏิบัติ* จึงจำเป็นอย่างยิ่งยวด เพราะถือ *เป็นลมหายใจของจิตใจ* เป็นเครื่องทำให้ใจเป็น *พุทธะ* ถ้าปราศจากสติ ใจก็ละเมอ หลงตกไปอยู่ภายใต้การครอบงำของกิเลส อวิชชาอุปาทาน เหมือนกับพระอาทิตย์ก็มีอยู่ แต่ถูกเมฆฝนม่านหมอกบังเสียจนมองแล้วเห็นไปว่าพระอาทิตย์หายไปแล้ว

พระอาทิตย์ก็คงมีอยู่ แต่เราเอง ตาของเราไม่แหลมคมพอที่จะมองทะลุม่านเมฆหมอกไปได้ นี่ก็เหมือนกันเราเองไม่มีปัญญาญาณพิจารณา เพราะสติที่เป็นกำลังให้เราเพ็งใจ จนกระทั่งเกิดความสว่างกระจ่างแจ้ง มีไม่เพียงพอ เราก็เลยถูกเมฆหมอกของอวิชชา อุปาทาน

กั้นบังเสียจนกระทั่งเห็นผิดเป็นชอบ แล้วตัดสินตามความเห็นผิดเป็นชอบว่า นั่นเป็นเหตุผลแล้ว ท่านอาจารย์จึงย้ำนักย้ำหนาว่า *อวิชชาเป็นความผ่องใสอย่างยิ่ง*

แต่ก่อนตัวเองเข้าใจว่า ถ้าเราหลงตกอยู่ภายใต้อวิชชา เราคงเหมือนคนป้ำเป๋อ หลง ๆ ลืม ๆ ได้หน้าลืมหลัง ท่านอาจารย์กลับว่าไม่ใช่ อวิชชาคือความผ่องใสอย่างยิ่ง เมื่อไรที่เราคิดว่าเราสมาร์ทที่สุดเลย มีเหตุผลที่คนค้ดง้างไม่ได้ นั่นแหละ...นั่นแหละ เหตุผลของอวิชชาทั้งนั้น ไม่ใช่เหตุผลของพุทธะหรอก

ดิฉันก็ฟัง...ฟัง...ฟัง เมื่อปฏิบัติ...ปฏิบัติเรื่อยมาก็ค่อยเห็นตะเข็บของอวิชชาที่ปลอมแปลงแทรกซึมเข้ามาชัดขึ้นชัดขึ้น สมัยเด็ก ๆ เราหลงชมตัวเองว่า มีเหตุมีผล ตั้งจิตตั้งใจเล่าเรียนหนังสือ วันไหนครูชมว่าเราดีสอบได้ที่ ๑ เราก็พองคับอกคับโครง เข้าใจว่าเรามีเหตุผลสมควร เมื่อทำดีก็ภูมิใจในผลความดีของตัว อยากให้คนอื่นได้รู้ ได้ชื่นชมดีใจกับเราด้วย แล้วก็นึกว่า นั่นคือความรอบรู้ของจิต แต่ความจริงไม่ใช่ เป็นความหลงตนหลงตัวของอวิชชาต่างหาก

ครั้นเขาไม่ชมเรา ใจก็นึกพิลึกจริง ต้องไปถามว่า "เธอไม่รู้หรือว่า ฉันได้ที่ ๑ นะจ๊ะ" ฤทธิ์เดชของอวิชชา

ความหลงตนหลงตัวยิ่งใหญ่ ผ่องใสอย่างนี้

พอเริ่มรู้เท่าทัน ก็สลดใจตนเองว่า ที่แล้ว ๆ มา ที่เราว่าเราเป็นปัญญาชน ที่แท้กิเลสลากไปชนดะ ปะทะ พลิกซ้ายป่ายขวากับเขาทั่วไปหมด จนเลือดตกยางออก แล้วก็โกรธว่า เขาช่างไม่มีภูมิปัญญาเลย ฟังเราก็ไม่รู้เรื่อง ทำให้เซ็งในหัวใจ แท้ที่จริงเราเอากิเลสไปปฏิสันถารเขาเสียวุ่นวิ่วุ่นวายไปหมด

เมื่อปฏิบัติมากเข้ามากเข้า เราค่อยรู้ว่า ที่ท่านว่ารู้ด้วยพุทธะนั้นเป็นอย่างไร พอมีอะไรรู้ขึ้นมาในใจด้วยสติสัมปชัญญะปัญญาญาณ เราจะเห็นลึกซึ้งกว้างไกลรู้คมชัด เหมือนเวลาดูกล้อง แล้วปรับความคมได้ที่เห็นชัดเป็นความเข้าใจกระจ่าง สิ้นข้อเคลือบแคลงสงสัย รู้แล้วก็ไม่ร้อนรนกระสับกระส่าย ต้องไปบอกคนนั้นคนนี้หรือไปเปรียบเทียบว่าเราแน่ที่สุดหรือยัง

เราจะรู้ชัดในความรู้ของเรา ใจเราปีติอ่อนโยนเห็นอกเห็นใจคนอื่นที่ยังไม่รู้อย่างเรา เขาจึงยังทุกข์ยังดิ้นรนอยู่ เหมือนเราแต่ก่อนนี้ที่ยังหลงอยู่ กว่าที่เราจะยกตัวเราออกจากความหลงได้นั้น กี่ปี กี่สิบปี เราถึงมาอยู่ตรงนี้ได้

ใจเกิดความสงสารเมตตาเขาอย่างที่สุด เพราะเห็น

ทะลุปรุโปร่งว่าระยะทางที่เขายังต้องระหกระเหินซัดเซพเนจรไปนั้นยากลำบากเพียงใด ทำอย่างไรเราถึงจะช่วยให้เขาย่นระยะทางเข้ามาได้ ไม่เกิดความรู้สึกซ้ำเติมทับถมเขา หรือพูดวิพากษ์วิจารณ์ให้คนอื่นเห็นเขาเป็นตัวตลก น่าสมเพช แต่ก่อนนั้น ปากเราบอกเมตตา แต่ลึกลงไป จิตไร้สำนึกเรายกตนข่มท่านตลอดเวลา โดยสติตามไม่ทัน

พระพุทธเจ้าทรงสอนว่า อะไรก็ตามที่เราทำด้วยความไร้สติ ด้วยความไม่เจตนา มักทำทุกข์ทำโทษให้เรามากยิ่งกว่าสิ่งที่เรารู้แล้ว เราจำเป็นจงใจกระทำเหมือนเรารู้ว่าทางที่จะเดินไปมีเศษแก้วเศษหนาม แต่เราหาเส้นทางอื่นแทนไม่ได้เราจงใจจำใจเดินไปด้วยความรู้ตามเป็นจริง เราก็หารองเท้าพื้นยางหนา ๆ หรือระมัดระวังป้องกันจนแน่ใจมั่นใจว่า เราจะไม่ลื่นล้มเป็นอันขาด ถ้าพลาดล้มลงไป ก็พยายามลงน้ำหนักตัวให้เบาที่สุด เพื่อให้เจ็บตัวน้อยที่สุด

แต่ถ้าไม่รู้ ไม่ดูทาง ไม่เห็นเศษแก้วเศษหนาม มัวแต่คุยกับเพื่อนเพลิน เกิดเหยียบพลาดไม่ทันระวังตัวไว้เราก็ล้มลงไปไม่เป็นท่า บังเอิญวิบากกรรมของเราหนักหนา ล้มหน้าฟาดลงไป พอดีเศษแก้วตำถูกแก้วตาทำให้ตาบอด

เวลาที่เราไม่มีสติสัมปชัญญะอยู่กับใจ เราไม่รู้หรอกว่าชั่วกะพริบตาเดียวนั้น เราสามารถทำร้ายตัวเองได้สาหัสเพียงไหนอย่างไร

สิ่งใดที่กระทำลงไปแล้ว จะไม่ไหลกลับคืนมา มิใยเราจะร่ำร้องขอฉันตั้งตัวใหม่ ขอเวลาโปรดหมุนกลับไปให้ฉันทันได้ตั้งท่าให้ดีเสียก่อน...ไม่มี แล้วก็แล้วไปเลย แต่ผลของมันที่ทำให้เรากลายเป็นคนตาบอด ยังจริงจังอยู่ ถ้าเรามีอายุอยู่ต่อไปอีก ๕๐ ปี เราก็ต้องรับผิดชอบดูแลตัวเองที่พิการและรักษาใจไม่ให้ชอกช้ำบอดตามตาไปด้วย แล้วก็ทุบซ้ายทุบขวากระทบกระแทกผู้คนรอบข้างจนกระทั่งฟกช้ำดำเขียวไปหมด

ถ้าไม่ปฏิบัติ เราจะไม่รู้ว่าแต่ละเวลานาที เรื่องที่เกิดขึ้นไม่ได้ร้ายอย่างนั้น เราทำตัวเองให้เรื่องร้ายขึ้น...ร้ายขึ้นต่างหาก แล้วก็บ่นว่าพระเจ้าไม่ยุติธรรม เจ้านายลำเอียง คนนั้นรู้มากเอาเปรียบมาแย่งความดีความชอบของเราไปหมด

ถ้าเราปฏิบัติ อะไรเกิดขึ้นที่ไม่เป็นไปดังใจ สติจะพาให้ใจเราหยุดนิ่ง

เหมือนเราเดินไป เดินไป มีพายุขึ้นมาโดยไม่ทันได้เตรียมตัว พัดทรายปลิวมาเข้าตาเราเต็มสองข้าง ถ้า

เราไม่เคยปฏิบัติธรรม สัญชาตญาณจะเป็นตัวกำหนด พอรู้ตัวว่าเป็นอันตราย ทั้งที่ลืมตาไม่ขึ้น มองไม่เห็น เราจะออกวิ่ง เพราะสัญชาตญาณสอนให้หนี วิ่งไปไหน วิ่งสวนทางเข้าไป แล้วก็ไปปะทะกับพายุใหญ่กว่าเดิม หรือต้นไม้ หรืออะไรที่ขวางหน้าอยู่

เหมือนปลา เวลาน้ำไหลบ่าเข้ามา แทนที่ปลาจะไปตามน้ำ กลับกระเสือกกระสนว่ายทวนน้ำ เพราะสัญชาตญาณบอกว่า น้ำบ่ามาจากตรงไหน แปลว่าตรงนั้นเป็นแหล่งน้ำ ก็เลยถูกคนทำทำนบดักกั้นเอาไว้ให้ปลาว่ายทวนทำนบ ตะกายตกลงไปในแอ่งที่เขาขุดล่อไว้ ถูกจับไปโดยง่ายดาย

เราก็เหมือนกัน สัญชาตญาณของสิ่งมีชีวิต ไม่ว่าจะเป็นสัตว์บุคคลย่อมเหมือน ๆ กัน เพราะประกอบไปด้วยจิตพุทธะที่ถูกเมฆหมอกของอวิชชาอุปาทานบดบังเอาไว้ ด้วยสัดส่วนหนาบางแตกต่างกันไปนิดๆ หน่อย ๆ แต่ตัวสำคัญคือกิเลสกับพุทธะเหมือนกันทุกสิ่งมีชีวิต

เมื่อเป็นอย่างนี้ สัญชาตญาณก็พาให้เราช่วยตัวเองไม่ได้ ครั้นมาปฏิบัติสติสอนให้รู้ว่าจิตเราหรือจิตของชีวิตอื่น ๆ ย่อมเหมือนกัน เราไม่ชอบให้ใครมาเบียดเบียน

เรา คนอื่นก็ไม่ชอบให้ใครไปเบียดเบียนเขา เราก็มองเห็นความสำคัญของ *ศีล* ที่พระพุทธเจ้าทางบัญญัติขึ้น ทุกสังคม ทุกประเทศมีกฎประเพณี ระเบียบวินัย กฎหมาย มีตำรวจไว้คอยควบคุมให้ผู้คนประพฤติตามกฎหมาย แต่ไม่ว่าสิ่งเหล่านี้จะมีประสิทธิภาพเพียงใด คุกก็ยังมีนักโทษเต็ม ไม่มีคุกไหนเลยที่ไม่มีนักโทษ

แต่ถ้าเราทุกคนเป็นผู้ควบคุมตัวเอง เราเห็นประจักษ์ในหลักที่พระพุทธเจ้าทรงแนะสอนไว้ว่า ถ้าทุกคนซื่อสัตย์ต่อตัวเอง ทุกคนคอยรักษาคุณภาพชีวิตของตน ไม่ให้ขาดตกบกพร่องจากคุณธรรมความดีงามก็จะไม่มีนักโทษ

เพราะอะไร? เพราะว่ากายวาจาของเราแต่ละคนแต่ละคน จะเป็นปกติ

ศีลข้อไหนที่เราควรระมัดระวังก่อนเพื่อน ก็ข้อที่จะไม่ประมาทขาดสติ ไม่เสพเครื่องดองของมึนเมา หากเราถือกันตามตัวอักษร ตามประโยคของศีล เราก็ว่าไม่กินเหล้า ไม่เสพน้ำเมา สิ่งเสพติด แต่เรากินอารมณ์ของตัวเองวันยังค่ำ เรื่องแล้วไปแล้วยังไปขุดขึ้นมาคิด คิดแล้วก็เมาอยู่ในอารมณ์นั้น จนไม่อยู่กับความจริง ทำเหมือนเราเมาเหล้า เมาเครื่องเสพติดอยู่ตั้งแต่เช้าจรดค่ำ

เมื่อเราเมาอย่างนั้นแล้ว อะไรเกิดขึ้น พูดถึงเมาเหล้าก่อน ตัวเองไปบรรยายที่วิทยาลัยครูแห่งหนึ่ง มีอาจารย์ท่านหนึ่งเกษียณอายุแล้ว เล่าให้ฟังว่า ท่านดื่มเหล้าเป็นประจำ แต่ไม่ได้ดื่มให้เมา ดื่มเป็นเครื่องเจริญอาหาร ท่านเริ่มมาตั้งแต่ไปเรียนเมืองนอก และดื่มเป็นประจำเรื่อยมา ไม่เคยเมา ระมัดระวังรักษาตัวได้เป็นอย่างดี

ท่านอยากให้ดิฉันอธิบายว่า การดื่มเหล้าเช่นกรณีของท่าน มีผลไม่ดีอย่างไร พระพุทธเจ้าจึงทรงห้าม

บัดนี้อายุท่านประมาณ ๗๐ แล้ว ท่านเล่าต่อไปว่า เส้นเลือดบางส่วนเริ่มตีบแคบ หรืออุดตันทำให้บางครั้งท่านตั้งใจเดินไปทางหนึ่ง แต่ขาพาเซไปอีกทาง บังคับไม่ได้ดังใจ ยามปกติถ้าเซท่านยังพอหยุดตัวเองได้ แต่ถ้าดื่มเหล้าเพื่อเจริญอาหารแล้วเกิดเซ ท่านไม่สามารถหยุดได้ อาการเซจะมากขึ้นมากขึ้นจนหกล้ม

ดิฉันเลยถือจุดนี้กราบเรียนท่านว่า ขอโอกาสยกตัวอย่าง ขณะที่ท่านกำลังเป็นอย่างนี้ท่านเหลือบไปเห็นเปลือกกล้วยหล่นขวางทางอยู่ ท่านก็พยายามหยุด เพื่อไม่ไปเหยียบเปลือกกล้วย แต่หยุดไม่ได้ดังที่ท่านเล่า เท้าเลยพลาดเหยียบไปบนเปลือกกล้วยพอดี ลื่นล้มลง

หน้าฟาดพื้น ท่านสวมแว่นสายตาอยู่ด้วย แว่นตาเลยแตก เศษแว่นตำเข้าไปในแก้วตาท่าน

หากอาจารย์ไม่ดื่มเหล้า เรื่องนี้ก็ไม่เกิดขึ้น เพราะอาจารย์รักษาตัวไม่ให้ลื่นหกล้มได้

นี่คือตัวอย่างเล็ก ๆ น้อย ๆ เพื่อเปรียบเทียบให้เห็นว่า การดื่มเหล้าทำให้ประสิทธิภาพที่เราจะป้องกันรักษาตัวเองไม่ดีเท่าที่ควร ถ้าอาจารย์นำไปพิจารณา ย่อมเห็นจริงว่าเหล้าเป็นสิ่งไม่ควรดื่ม

เมื่อเลิกดื่มเหล้า แต่ยังเผลอดื่มอารมณ์ หลงอารมณ์ในใจอยู่ เรื่องผ่านไปแล้วเราก็ไม่ยอมแล้ว เก็บเอามาพูดซ้ำซากอยู่นั่นแหละ อะไรจะเกิดขึ้น เป็นต้นว่าสามีภรรยาอยู่กินกันมาด้วยความเป็นปกติสุข วันหนึ่งภรรยาเห็นสามีไปทำตาเล็กตาน้อยกับผู้หญิงอื่น ปรากฏว่าที่เห็นจริง ๆ นั้นครั้งเดียว แต่หลังจากนั้นแล้วไม่ว่าเกิดความขัดเคืองใจด้วยเรื่องอะไรกันขึ้นแล้ว ภรรยาจะสรุปลงว่า...คุณก็ไว้เนื้อเชื่อใจไม่ได้ ฉันเผลอนิดเดียวไปทำตาเล็กตาน้อยกับคนอื่น...อยู่กันต่อไปเป็นปี ๆ...ก็ยังคงสรุปประโยคนี้ติดปากอยู่ทุกครั้งที่มีอารมณ์เกิดขึ้น

เวลาผ่านไปเป็น ๓๐ - ๔๐ ปี ประโยคนี้ก็ยังไม่ลบไปจากเทป ลองตรองดูสิคะ ถึงใจเราเป็นหิน คำพูดนี้

จะกัดกร่อนลึกเข้าไปถึงแค่ไหน นี่เป็นเลือดเป็นเนื้อนุ่มๆ ก็คงเซ็งในหัวใจ จนด้านชา เห็นไปว่า ต่างคนต่างอยู่ อย่าต้องเห็นหน้าเห็นตากันดีไหม

เมื่อเรามึนเมาในอารมณ์ของเรานั้น เราทำเรื่องไม่เป็นเรื่องให้เป็นเรื่องขึ้นมาได้อย่างนี้ จริง ๆ เขาก็ไม่ได้เบื่อเราหรอก เราทำตัวของเราให้น่าเบื่อเองต่างหาก แล้วก็ไม่ยอมเห็นตรงนี้ พอเขาเฉยเมยไม่งอนง้อ หรือเราท้าให้เขาไปอยู่ที่อื่นเสีย เขาเกิดไม่กลับจริง ๆ เราก็ร้องไห้เที่ยวไปคร่ำครวญกับใคร ๆ ว่า ดูสิคนอะไรใจร้ายเหลือ ทิ้งเราไป

แท้ที่จริง เราเป็นคนชี้หนทาง พร้อมทั้งผลักไสให้เขาไป...

แต่เรากลับปรับไหมว่า เขาเป็นคนไม่ดี เหยียบย่ำน้ำใจเรา เกิดชาติหน้าขออย่าได้เจอะได้เจอกันอีกเลย ชั่วกะพริบตาเดียว เกิดมีข่าวว่า เขาเส้นเลือดแตกอยู่ห้องไอซียู เราก็รีบวิ่งไปเฝ้าอธิษฐานว่า ขออย่าเพิ่งตายไปเลย ถ้ารู้อย่างนี้ เราจะไม่ร้ายกับเขาหรอก

ใจของคนเราแกว่งไปไกวมา ระหว่างสองปลายอย่างนี้ เวลาเขาถูกใจเรา เราก็รัก เวลาไม่ถูกใจเรา เราก็ชัง นี่แหละโลกธรรม

พระพุทธเจ้าตรัสว่า อะไร ๆ ที่ผูกมัดใจเราไว้กับภพชาติกับโลกนี้ คือของที่เป็นคู่กัน เดี๋ยวก็รักเดี๋ยวก็ชัง เดี๋ยวก็ทุกข์เดี๋ยวก็สุข เดี๋ยวก็มืดเดี๋ยวก็สว่าง ถ้าไม่มีสติสัมปชัญญะพอจะเห็นตามเป็นจริง ใจเราก็เป็นประจุลบบ้าง เป็นประจุบวกบ้าง ดูดบ้าง ผลักบ้าง กับผู้คนสิ่งของเหตุการณ์ต่าง ๆ รอบตัวเวียนวนเหมือนพายเรือในอ่างเหนื่อยอยู่อย่างนี้

แรงที่เหนื่อยยากเสียไป ไม่ได้แก่นสาระอะไร เพราะไปดึงดูดเขาบ้าง ดีดผลักเขาบ้าง แล้วก็บ่นว่าเหนื่อยเหลือเกิน โลกนี้ช่างร้ายกาจกับฉันเหลือเกิน

พระพุทธเจ้าทรงสอนให้พยายามมองตามจิตของตนให้เท่าทันว่า เมื่อกี้ที่ดูดเราไว้สุดจิตสุดใจ ไม่มีใครอีกแล้วที่เราเห็นดีงามเท่านี้ อีกกะพริบตาเดียว เราดีดเขาทิ้งไปสุดขั่วโลก เพราะสุดจะทน ไม่มีใครที่เราเกลียดเท่าคนนี้

ใจดวงนี้ ทำไมจึงพลิกคว่ำพลิกหงายเร็วอย่างนี้ เวลาไม่มีสติ เมื่อกระทบอารมณ์ที่เป็นประจุบวกใจจะลอยตัวฟูขึ้นไปเป็นว่าติดลมบน พอเปลี่ยนเป็นประจุลบก็กระดูกสันหลังหักเพราะฟุบแฟบตกวูบลงมากระแทกพื้นเต็มตัว

พระพุทธเจ้าจึงรวมทั้งบวกและลบให้มาสมดุลกัน พอจะเผลอฟู ท่านทรงเตือนว่า ประเดี๋ยวก็เปลี่ยนไปอีกอย่างหนึ่ง ใจที่กำลังฟูขึ้นก็ค่อยมีสมอถ่วงลงมา พอจะรู้สึกว่าเกิดมาไม่เคยเกลียดใครเท่านี้ ขอฆ่าให้ตายรู้แล้วรู้รอดไป เหตุผลก็แย้งขึ้นมาว่า ถ้าเขาตายไปจริง ๆ เราก็คงคิดถึงนะ เอาไว้อย่างนี้ก็แล้วกัน

ใจก็เลยไม่ฟุบไม่ฟูมาก เกิดฐานรองรับให้ใจค่อยสงบ ค่อยเป็นปกติ อะไรเกิดขึ้นก็เห็นสภาวะเป็นจริงทั้งสองฝ่าย มันก็เป็นอย่างนี้แหละ โลกนี้เป็นเพียงสมมุติบัญญัติ จะให้อะไรเป็นอย่างใจเราทั้งหมดได้อย่างไร ก็ต้องมีขาด ๆ เกิน ๆ อย่างนี้แหละ เป็นธรรมชาติธรรมดา เป็นไตรลักษณ์อยู่อย่างนี้

เราเลือกเกิดไม่ได้ นี่คือมรดกที่เราทำไว้ให้ตัวเราเอง ฉะนั้นก็ต้องฝึกปรับทำใจของเราไม่ให้ถูกกระทบกระเทือนด้วยความขาด ๆ เกิน ๆ เหล่านี้ ตรงไหนพร่องตรงไหนขาดเขินก็เอาปัญญาไปเติมให้ตื้นให้เต็มให้สงบร่มเย็น ตรงไหนเกินพอ ก็เอาสติเป็นทำนบกักกั้น เอาปัญญาตัดแต่งให้พอดีพองาม ใจจะได้ไม่เดือดร้อน

เมื่อเป็นอย่างนี้แล้ว เราก็สามารถอยู่ในโลกได้โดยไม่ถูกโลกทับถมจนบี้แบนไปกับความทุกข์ หรือ

ขาดสติ ฟูฟ่องมึนเมาไปกับลาภสักการะ สุข เกียรติยศ เกียรติศักดิ์ จนลุ่มหลงเป็นว่าวติดลม ครองใจของตนให้ตลอดปลอดจากภยันตราย

หลวงพ่อชาเปรียบเทียบโลกนี้เหมือนแม่น้ำ ประเดี๋ยวน้ำขึ้น ประเดี๋ยวน้ำลง เวลามีความสุขก็เหมือนน้ำขึ้น เวลาทุกข์ก็เหมือนน้ำลง ถ้าไม่ปฏิบัติจิตใจ น้ำขึ้นเราก็ดีใจ น้ำลงเราก็เสียใจ

แท้ที่จริงแล้ว ท่านว่าใจของเราไม่ได้ขึ้น ไม่ได้ลงไปกับระดับน้ำ ใจเราเหมือนลูกโป่งแตะบนผิวน้ำ เรารู้สภาวะธรรมชาติตามเป็นจริง ตราบเท่าที่มีผิวน้ำรองรับลูกโป่งไว้จากโคลนเลนก้นคลอง เราไม่กระทบกระเทือนเดือดร้อน ไม่ขึ้นไม่ลง ไม่มีความแตกต่าง น้ำจะขึ้นสูงหรือจะลดจนขอดก้นบ่อ ตราบเท่าที่ยังมีผิวน้ำเคลือบรับลูกโป่งเอาไว้ ไม่ให้กระทบกระแทกอะไร เหมือนใจที่มีสติรู้เท่าทันตามเป็นจริง จะเป็นอย่างนั้น

เราอยู่ในโลก แต่ไม่ทุกข์ไม่เดือดร้อนไปกับความเปลี่ยนแปลงของโลก ใจของเรารักษาความเป็นปกติอยู่ได้ เราก็ค่อยเข้าใจว่า อุเบกขาคืออย่างไร

ที่พระพุทธองค์ทรงสอนให้เพียรพยายามฝึกสติให้รู้เท่าทันสิ่งที่เกิดขึ้นในแต่ละขณะ แต่ละขณะ ไม่ฟู

ไม่แฟบไปกับความแปรเปลี่ยนของสมมุติบัญญัติ ใจจะได้รักษาระดับคงเส้นคงวา เหมือนมีฐานรองรับ ความสงบคงเส้นคงวานี้คือ อุเบกขา คือการรู้เท่าทันความเป็นจริง

เมื่อใจมีฐาน มีอุเบกขาอย่างนี้ ก็ไม่ทุกข์ไม่สุขวูบ ๆ วาบ ๆ แต่จะสงบผาสุกร่มเย็นเสมือนได้กำลังอยู่ตลอดเวลา ไม่เหนื่อย ไม่พร่อง ไม่กระเซอะกระเซิงคิดปรุงไป แต่ว่องไว มีเรี่ยวแรง มีสติสัมปชัญญะปัญญาตื่น รู้ตัวทั่วพร้อม มีคุณธรรมความดีงามทั้งหลายไปเกื้อกูลผู้อื่น ช่วยบำบัดทุกข์บำรุงสุขให้ผู้คนรอบข้าง

เหมือนเราอยากเอาน้ำใจไปเกื้อกูลคนอื่น แต่บ่อน้ำใจของเราแห้งผาก คนหิวน้ำมา เราก็บอกให้คอยประเดี๋ยว แล้วก็เอาขันไปตักน้ำจากบ่อขึ้นมา ปรากฏมีแต่ขี้ดินขี้ทรายเต็มไปหมด เขาก็กินไม่ได้ เมตตาที่เราให้ต่อกัน เป็นอย่างนี้ รับไปแล้วก็หน้าเหย

ถ้าเราปฏิบัติจนกระทั่งใจของเราเป็นน้ำใสสะอาด เราตักให้ใครก็เย็นชื่นใจ เหมือนออกมาจากคณโฑดินเผา ใครรับไปแล้วก็ปีติชุ่มชื่น รู้ซึ้งในบุญคุณ เกิดความเบาความสบาย อยากเข้าใกล้ อยากศึกษา อยากปฏิบัติอย่างที่เราทำ เพราะเขาพบว่า สิ่งที่เราให้ออกไปเป็นของแท้ เป็นของที่ทำให้ใจของเขาร่มเย็นได้จริง

เมื่อเป็นอย่างนี้ เมตตาที่มีในใจก็จะเป็นแบบเดียวกับบทสรรเสริญพุทธคุณที่ว่า *พระกรุณาธิคุณของพระพุทธเจ้าดุจห้วงมหรรณพ* ถึงเมตตาของเรายังไม่ถึงห้วงมหรรณพ เป็นแม่น้ำลำธารน้อย ๆ ก็ใสสะอาด ใช้กินใช้ดื่มได้ชุ่มชื่นใจ

โปรดสังเกตดู ตอนไหนเราร้อน ไปเจอน้ำใสไหลเย็น วักขึ้นมาลูบเนื้อลูบตัว เราก็มีเรี่ยวมีแรง คิดอ่านทำงานต่อไปได้ นี่ก็เหมือนกัน ถ้าเราทุกคนมองแต่หน้าก็ขึงตาใส่กัน ทั้ง ๆ ที่ปากพูดจาปราศรัย ดีใจด้วยที่คุณได้ ๒ ขั้น แต่ในใจคิดให้ตายสิเมื่อไรจะถึงทีฉันบ้าง

ถ้าเป็นแบบนี้ ใจจะเหนื่อยล้าถึงยิ้มก็ยิ้มไม่เต็มหน้า ดูเฝื่อนฝืนเหมือนใส่หน้ากากเล่นละคร ในใจพะอืดพะอม สุขภาพจิตเพี้ยนพิกลไปหมด แต่ถ้าไปพบของธรรมชาติของจริงยิ้ม เราก็ยิ้มจริง ทุกข์เราก็ทุกข์จริง เราพูดจากใจของเรา ไม่ต้องแสร้ง ก็สุขก็สบาย ถ้าเป็นอย่างนี้ โลกก็ร่มเย็นเป็นสุข ก็น่าอยู่

ส่วนทุกข์ที่มีประจำ หลีกเลี่ยงไม่ได้ เช่นร่างกายแปรปรวนเจ็บป่วยแก่ชราไป ย่อมเกิดขึ้นเป็นธรรมดา เดี๋ยวก็หิว เดี๋ยวก็อิ่ม แปรตามความพร่องของสมมุติบัญญัติ ก็กำหนดรู้ตามเป็นจริง ทำให้ใจไม่เดือดร้อน

เพราะใจมีกำลัง มีภูมิคุ้มกัน

ทุกข์ที่เกิดเพราะความปรุงคิดของใจไปตามอวิชชาอุปาทาน ก็สามารถเข้าใจไตร่ตรองจนเห็นถึงเหตุ เพราะเราทำเหตุอย่างนี้ ๆ ไว้ ผลเช่นนี้จึงบังเกิดแก่เรา ถ้าไม่ชอบก็คิดอ่านแก้ไขสิ คงพอแก้ให้ดีขึ้นได้ ความคิดของเราก็ค่อยเป็นแยบคายอุบาย เห็นตามเป็นจริง ไม่ไปยึดว่า อันนั้นดี เราอยากได้ ทำไมถึงได้อันนี้ล่ะ ไม่ดี๊ไม่ดีเลย ทำอย่างไรถึงจะแลกกับคนอื่นได้ ทำให้จิตใจทุกข์ รุ่มร้อน กระวนกระวายด้วยความไม่ได้ดังใจปรารถนา

สติปัญญาจะพาเราให้คิดได้ว่า ก็เหตุมีอยู่ ผลจึงมาเป็นอย่างนี้ ใจก็ยอมรับ เห็นสิ่งทั้งหลายเป็นไปตามธรรมชาติ ไม่มีดี ไม่มีไม่ดี หากเป็นไปตามเหตุปัจจัยที่มาปรุงแต่ง

ถ้าเราไม่อยากได้สิ่งที่เกิดขึ้น ทำอย่างไร จึงจะเอาไปแลกไปเปลี่ยนแปลงให้สบใจได้ เป็นต้นว่า เราอยากปลูกมะม่วง แต่ไม่รู้จักเลือกพันธุ์ที่อร่อย กรอบมันมาปลูก ไปได้มะม่วงอะไรมาก็ดีใจ จัดแจงเอาไปปลูกพอออกลูกมา ที่ไหนได้...เปรี้ยวเสียเข็ดฟันเลย ถ้าไม่รู้เท่าทันความเป็นจริง เราก็แค้นว่า ดูมะม่วงเราสิ เปรี้ยว

อะไรอย่างนี้ แต่มะม่วงเขาทำไมหวานกรอบมันอร่อยอย่างนั้น

การปฏิบัติจะสอนให้เราตักเตือนตัวเองว่า เหตุเพราะเราไม่ฉลาดรอบคอบ ไม่ศึกษาให้รู้แจ่มแจ้งเสียก่อนว่า ควรเลือกมะม่วงพันธุ์ไหนมาปลูก ไม่เป็นไรถึงมะม่วงของเราจะเปรี้ยว ทำอย่างไรให้รสชาติค่อยน่ากินได้บ้างล่ะ อ๋อ...เอาไปแช่อิ่มดู เราก็เอาไปแช่อิ่มปรากฏว่ามะม่วงแช่อิ่มของเราติดตลาดดีกว่ามะม่วงมันหวานกรอบก็ได้

เห็นไหมคะ *ถ้าเรามีปัญญาเห็นชอบเสียอย่างแล้วอะไร อะไร อะไร* ที่ตอนแรกแลดูเหมือนไม่ดีไม่ถูกใจ *อาจดีเกินคาดก็ได้*

พระพุทธเจ้าตรัสไว้ว่า ถ้าเรามีสติปัญญาอยู่กับตัวแล้ว ไม่มีอะไรเลยที่ยากเกินความเพียรพยายามของมนุษย์ ไม่มีอะไรเลยที่ไม่มีคุณค่าราคา

ท่านอาจารย์มักเปรยเสมอ ๆ ว่า ในโลกนี้ไม่มีใครยากจน ไม่มีใครไร้ทรัพย์ ถ้าไม่อับปัญญา ท่านอธิบายว่า ใครก็ตามที่บ่นว่า ทำอะไร ๆ ก็ไม่สำเร็จ ทำอะไร ๆ ก็ขาดทุนนั้น เป็นเพราะอับปัญญา จึงรักษาทรัพย์สินทุนรอนไว้ไม่สำเร็จ ทำให้ยากไร้ หมดเนื้อหมดตัว ถ้า

พัฒนาปัญญาขึ้นมาได้ ย่อมร่ำรวยด้วยกันทุกคน ไม่รวยด้วยโลกามิส ก็รวยด้วยอริยทรัพย์ เพราะใจอิ่มเต็มเป็นเศรษฐี

เห็นอย่างนี้แล้ว เราจะได้ขวนขวายฝึกปฏิบัติ

วิธีฝึก เราฝึกอย่างไรเล่า?

เราก็พยายามอย่างที่คุยกันเมื่อครั้งก่อน คือ ตลอดเวลาที่ลืมตาตื่นอยู่ ไม่ว่ากายเราอยู่ตรงไหน อิริยาบถอะไร ให้มีสติเป็นกาวผนึกใจเอาไว้ตรงนั้นด้วย ให้เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน

ถ้าใจมาอยู่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกันกับกายแล้ว เราจะหมดโอกาสเมาอารมณ์ เพราะใจไม่หลุดไปอยู่ในอดีตหรืออนาคต โอกาสที่เราจะทำให้ใจของเราทุกข์ หรือคิดหวังคาดคอยสิ่งที่ไม่เป็นความจริงก็ไม่มี เพราะทั้งกายและใจอยู่ตรงนี้ด้วยกันเหมือนพระอาทิตย์เที่ยงวัน จะเดินไปตรงไหน ๆ ก็ไม่ต้องกลัวว่าจะมีเงาขึ้นมา ไม่ต้องคอยสะดุ้งระวังว่า เราจะอยู่ตรงไหนถึงไม่เกิดเงา ตอนเที่ยงวันนี้ พระอาทิตย์อยู่ตรงกลางศีรษะพอดี ไปตรงไหนก็พอดีกลางศีรษะ

ถ้าสติมีอยู่ กายกับใจเป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน อยู่ในปัจจุบันขณะนี้จริง ๆ ไฟสปอตไลท์กะพริบ เราก็เห็น

กะพริบ พัดลมมี ๓ ใบพัด ก็เห็น ๓ ใบพัด แต่ถ้าเมื่อไร สติอ่อน สติขาด ตัวกายก็ไปตามกาลเวลา ใจก็ไปตกค้างอยู่ตรงโน้น ปลายพงอ้อพงแขมของอดีตบ้าง อนาคตบ้าง สปอตไลท์กะพริบ เราก็ว่าเปิดสว่างอยู่ต่อเนื่องกันตลอดเวลา ไม่เห็นกะพริบสักครั้ง เราจะเลอะเทอะอย่างนี้

เพราะฉะนั้น ที่พระพุทธเจ้าตรัสว่า *การปฏิบัติคือการให้เรารู้โลกตามเป็นจริง* ก็คือแค่นี้เอง ฟังดูง้ายง่ายประโยคเดียว แต่พอปฏิบัติเข้าจริง ๆ มันไม่แค่นี้หรอก ทำแล้ว เดี๋ยวสติก็หลุดหายไป ทำแล้วเดี๋ยวก็เผลออีกแล้ว แล้วกิเลสก็ฮือฮาขึ้นมาว่า เหนื่อยเหลือเกินแล้ว วันนี้พักก่อนเถอะ เคาะไว้ก่อน ไม่ต้องนับนะ ไว้พรุ่งนี้ค่อยเริ่มกันใหม่ เมื่อเป็นอย่างนี้อยู่เรื่อย เราก็ไม่เห็นผลสักที

เมื่อไม่เห็นผล แทนที่จะโทษว่าเพราะเราย่อหย่อน เราก็ว่า ที่พระพุทธเจ้าทรงสอนไว้นั้นนะ ไม่จริ๊ง ไม่จริง เป็นแต่สมัยพระพุทธเจ้าเท่านั้น พอท่านปรินิพพานไปแล้ว อะไร ๆ ก็เสื่อมโทรมกลายเป็นของเก๊ไปหมด เราเอาสติปัญญาของเราที่ถูกกิเลสชักจูงไปแปลความหมายให้ผิดเพี้ยนบิดเบือนไป

หลวงพ่อชาเคยเปรียบเทียบการปฏิบัติเหมือนการ

เอาไม้ ๒ อันมาสีกันให้เกิดไฟ พอเริ่มสีกันเข้า ประจุไฟฟ้าก็เกิดสะสมมากขึ้น ๆ ตามแรงเสียดสี จนถึงจุดหนึ่งที่เป็นจุดชวาล เกิดประกายไฟขึ้นมา พวกเราที่ยังไม่เกิดอจลศรัทธา เพราะเป็นนักวิทยาศาสตร์ ไม่เคยรู้จักไม่เคยเห็นการก่อไฟด้วยวิธีนี้ เอาไม้มาตรวจดูก็ไม่เห็นมีหัวไม้ขีดที่ตรงไหน จึงสรุปในใจว่า ไม่เห็นทางว่าจะมีไฟได้อย่างไร พอลงมือสีไปหน่อย เราก็ค่อยๆ รามือ เพราะใจมัวคิดสงสัยไปว่า ไฟจะเกิดได้อย่างไร เราถูกหลอกหรือเปล่า เดี๋ยวเขาคงพากันมาหัวเราะเยาะแน่ ๆ

ประจุไฟฟ้าที่เริ่มเกิดขึ้น ก็สลายกระจายตัวไป ไม้ก็เย็นลงเช่นเดิม

ท่านเร่งให้สีต่อสิ เราก็สีใหม่ อีกสักพัก ก็รามืออ่อนแรงลงไปอีก เราสีไปนานเท่าไร ๆ ก็ไม่เกิดไฟ เพราะ *ปฏิบัติไม่สมควรแก่เหตุ ผลเลยไม่บังเกิดขึ้น* แต่ท่านสีจริงจังใจจรดใจจ่อตามวิธีของท่าน ไฟก็เกิดเนื่องด้วยท่านปฏิบัติเหตุสมควรแก่เหตุ

เราก็คร่ำครวญว่า ผลมีแต่เฉพาะท่านเท่านั้น สมัยนี้ไม่มีแล้ว เราเข้าข้างกิเลสของเรา เลยแปลความหมายบิดเบี้ยวไปหมด แล้วทำร้ายตัวเองด้วยการทำให้เรา

พลาดโอกาสจะสัมผัสของจริง ให้รู้เห็นเป็นขึ้นมาในใจ

ไม่ว่าเราจะรู้ปริยัติแค่ไหน จะอ่านพระไตรปิฎกจบกี่เที่ยว หรือไปร่ำเรียนได้นักธรรมตรี นักธรรมโท นักธรรมเอก แต่ถ้าไม่ลงมือปฏิบัติให้รู้เห็นเป็นขึ้นในใจ ความเชื่อความเลื่อมใสจะไม่มีวันหยั่งรกรากเป็นอจลศรัทธาได้ เพราะกิเลสจะแทรกเข้ามา พอเราจะทำดี กิเลสต้องแวบขึ้นมายุให้รำตำให้รั่วว่า...แน่หรือ...

แล้วเราเราประดาผู้ประหยัดมัธยัสถ์แรงงาน ก็คล้อยตามว่า คนฉลาดย่อมลงทุนแต่น้อย โดยให้ได้ผลสูงสุด จึงเป็นการมัธยัสถ์ไปในตัว

เราก็เลยมัธยัสถ์แรงที่จะประกอบเหตุคือคุณความดีตามที่กิเลสบอก แล้วก็ตกหลุมกิเลสทุกทีไป เราเลยรู้ผิด ๆ พลาด ๆ ตามความหลงผิด

พอเริ่มปฏิบัติ แรก ๆ ก็ต้องฝืน ต้องฝึกใจ เพราะเราไปในที่ที่ไม่เคยไปมาก่อน เมื่อก่อนนั้น อะไรอะไรที่ทำนี่ เราทำตามสถิติที่กิเลสสอนให้จดจำเป็นสัญญาเอาไว้ ซึ่งก็ง่าย เพราะยังไม่รู้อะไร พ่อแม่พี่น้อง คนที่โตกว่าเคยทำมา แล้วก็พาทำซ้ำคอยเชียร์ให้กำลังใจแก่เราว่า ทำต่อไปเถอะเดี๋ยวก็สำเร็จ ฉันก็เคยเป็นอย่างนี้มาแล้ว

ครั้นเรามาปฏิบัติฝึกฝนใจตน พ่อแม่พี่น้องก็ไม่เอาด้วย ซ้ำยังมองเราทำนองว่าจะบ้าไปถึงไหนกันนะ กิเลสในใจเราเองก็อยากให้คนมาบอกให้เราเลิกอยู่แล้ว พอเขาว่าอย่างนั้น ก็ถือเป็นโอกาส ไม่ได้เราต้องกตัญญูรู้บุญคุณพ่อแม่ หากไปดื้อดึง เกิดท่านไม่สบายไป เราจะกลายเป็นคนเนรคุณ เป็นอนันตริยกรรมไป เพราะฉะนั้นฝึกแค่นี้ก็กำลังดีทางสายกลางแล้ว

กิเลสแปลงทีไร เราตกลงไปกลางหลุมพรางของมันทุกที แล้วอวิชชาก็เอาธัมมะของพระพุทธเจ้ามาอ้างให้เราภาคภูมิใจ แต่จริง ๆ ไม่ใช่หรอก ไม่ใช่พระไตรปิฎกฉบับพระพุทธเจ้า พระไตรปิฎกฉบับพระเทวทัต เราบังเอิญดูตัวฝอย ๆ ที่กำกับไว้ไม่ดีก็เลยเผลอไปยึดเป็นคัมภีร์ของเรา เพราะถูกกันดีกับกิเลส แต่พอเอาคัมภีร์ตัวจริงมาอ่าน ให้ขัดข้องไปหมด เพราะล้วนเป็นสิ่งที่เราไม่เคยทำ ไม่เคยเป็น

ตอนแรกเราต้องใช้กำลังใจ ใช้การฝึกการฝืนใจเอาไว้ แต่หลังจากที่ประกอบเหตุสมควรแก่เหตุ และเห็นผลเป็นจริงขึ้นมากับใจของเราแล้ว เวลาอยากทำอะไรเลอะเทอะ สติจะเตือนขึ้นมาทำให้พบว่า การหยุดมีผลดีเยอะแยะกว่ามาก แต่ก่อนที่เราทำลงไปตามความ

คิดผิด ๆ แล้วเกิดผลเสียหาย แตกกระจัดกระจาย เป็นเรื่องเป็นราวให้เราต้องกวาดเช็ดเสียหลังขดหลังแข็งนั้นไม่คุ้มกัน

เราก็ค่อยมีกำลังใจขึ้น อีกหน่อยก็เกิดความเคยชินที่จะหยุด เพราะเข้าใจชัดแล้วว่าที่เราหยุดไม่ใช่เราแพ้เขา ไม่ใช่เราโง่เซ่อ แต่เพราะเราฉลาดเห็นการณ์ไกล ประหยัดมัธยัสถ์แรงงาน พูดไปแล้วเหนื่อยก็เหนื่อย ซ้ำร้ายยังมีเรื่องมีราวบาดหมางน้ำใจกัน มีผลเสียหายเกิดขึ้น เราก็ต้องเก็บกวาดเช็ดถูอีก เพราะเราเป็นคนก่อเหตุ บัดนี้เรารู้เท่าทันความเป็นจริง ไม่ต้องเสี่ยง ไม่ต้องลงมือพิสูจน์อีกแล้ว เพราะรู้ชัดจนแน่ใจ มั่นใจดีแล้ว

ใจของเราก็มีภูมิคุ้มกันเพิ่มขึ้นเรื่อย ๆ ใครมาท้าทาย ใครมาพาให้เขว เราก็ไม่เขว เพราะหลักในใจของเราคือสติสัมปชัญญะเป็นรากแก้วที่หยั่งลงจับพื้นดินแน่นลึก ลมพายุ คำวิพากษ์วิจารณ์ ความคิดความเห็นของเขา ปฏิกิริยาของเขาแรงเท่าไรเท่าไร รากแก้วก็สามารถรักษาลำต้น คือใจไว้ไม่ให้แกว่งไกวไหวหวั่น สงสัยลังเล จนการปฏิบัติลุ่ม ๆ ดอน ๆ ลูบคลำเป็นสีลัพพต-ปรามาสไปได้

ผลก็ค่อยเกิดขึ้นเรื่อย ๆ เพราะดินดี ปุ๋ยดี การปฏิบัติ

ถูกต้อง ได้แสงแดดตามสมควร เมล็ดพันธุ์คือกรรมที่กระทำลงไป ก็งอกงาม ถึงเวลาออกดอกออกผล ก็ออกดอกออกผลให้เราเก็บเกี่ยวได้เรื่อยไป

ใจที่ได้สัมผัสได้รู้ได้เห็น ก็เป็นตัวกำหนด ตัวเร่งให้ไม่เผลอสติ ไม่เกียจไม่คร้านที่จะปฏิบัติ ไม่ต้องมีใครบอกใครเตือนแล้ว ความอยากทำ ความระแวดระวังจะมีเป็นอัตโนมัติของใจ ถ้าวันไหนไม่ได้ทำ ใจจะรู้สึกโหยเพลีย มีปัญหาอะไรเกิดขึ้น ความเฉียบคมเด็ดขาดที่เคยมีก็หมดไป เพราะเริ่มมีเมฆหมอกของความลังเลไม่แน่ใจเข้ามา...อย่างนี้ถูก หรืออย่างนั้นถูก...ใครพูดกัน หูของเราคอยแวบออกไปฟังเสียงเขา แต่ไม่ฟังเสียงใจของตัว

เราก็ตั้งสติ เพ่งกำหนดสติขึ้นมา พอตั้งสติอย่างนั้นได้แล้ว ความลังเลสงสัย นิวรณ์ทั้งหลายจะค่อยจางไป กำลังใจก็กลับคืนมา ถ้าเราปฏิบัติสม่ำเสมอเรื่อยไปอย่างนี้ ฐานของใจจะมั่นคงขึ้น ถึงเหนื่อยอ่อนเพลีย พอรู้ตัว หายใจยาว...ยาว...หนึ่งครั้ง ตั้งสติให้แน่วนิ่ง ใจจะเริ่มสงบ อะไรที่เคยทำไว้ก็มาเป็นข้อมูลให้เราพิจารณาไตร่ตรองหาทางออกได้

แต่ถ้าเราปฏิบัติวันหนึ่ง เว้นไป ๗ วัน เว้นไป ๑

เดือน แล้วจึงปฏิบัติใหม่ ก็เปรียบเหมือนคนหัดจักรยาน หัดจวนจะเป็น มีเหตุทำให้เลิกไป พอมาหัดใหม่ เลยเหมือนคนตั้งต้นใหม่ทุกทีไป หัดแล้วก็ล้มหัวเข่าถลอกทุกที ในที่สุดก็เบื่อไม่อยากหัด แต่ถ้าเราแข็งใจหัดจนเป็นคล่องแล้ว ถึงแม้จะไม่ได้ขี่เป็นสิบปี จำเป็นต้องไปขี่จักรยานใหม่ แรก ๆ อาจทำท่าเหมือนจะขี่ไม่ได้ รถเอียงซ้ายเซขวา แต่สักประเดี๋ยวก็ทรงตัวได้ แล้วไปได้คล่องแคล่ว

ใจคนเราก็ทำนองนี้ ถ้าเราปฏิบัติไว้ทุกวัน ทุกวัน ทุกวัน จนฝังเป็นอุปนิสัย เป็นอาจิณกรรม แล้วมีเหตุให้เผลอไผลไม่ได้ทำ นาน ๆ ไปเราระลึกนึกได้มาตั้งต้นใหม่ก็ทำได้อย่างเดิม

ทุกวันนี้เราไม่ได้ท่องสูตรคูณกันอย่างสมัยเรียนประถม ๑ ประถม ๒ แต่ถ้าใครเอาโจทย์เลขมาให้คิด เราก็สามารถคูณในใจได้ ไม่ต้องไล่จากต้นสูตร คูณตรงไหนก็นึกคำตอบได้เลย

อะไรที่เราเป็น เรารู้เห็นในใจแล้วจะฝังแน่นเป็นอริยทรัพย์ติดอยู่ในใจ ไม่มีวันลืมวันหลง หรือเข้าใจผิดพลาดไปอีก แต่สิ่งที่ยังไม่รู้ก็ต้องพากเพียรแสวงหาให้รู้เพิ่มขึ้น อวิชชาจึงถูกแทนที่ด้วยวิชชาไปเรื่อย ๆ

ใจของเราตอนแรกมีอวิชชาเป็นตะกอนขุ่นคลั่กอยู่ เมื่อเอาสติปัญญาไปกรองไปกลั่นเข้า ใจก็ค่อยใสขึ้นเป็นลำดับ มีเหตุการณ์หรือใครมาชนให้ตะกอนฟุ้งขุ่นขึ้นมาทีหนึ่ง เราก็รู้ แต่ก่อนนี้พอโกรธ ก็จะโกรธเป็นวันเป็นเดือน เห็นหน้าเขาเมื่อไรก็ยังโกรธใหม่อีก ทั้ง ๆ ที่ไม่มีสาเหตุ ถึงตอนนี้ โกรธสัก ๖ ชั่วโมง ๓ ชั่วโมงแล้วก็หายอีกหน่อยพอจะโกรธปัญญาตามทัน คิดได้ว่าจะไปโกรธเขาทำไม โกรธแล้วเราก็เจ็บหัวใจ บางทีต้องไปเข้าไอซียู ความโกรธก็ดับไป

หรืออีกหน่อย เก่งยิ่งไปกว่านั้นอีก เกิดเป็นอัตโนมัติในใจ พอเห็นหน้าเขาหรือได้ยินเสียงเขา ไม่ทันที่อารมณ์โกรธจะกระเพื่อมขึ้นมา สติตัดให้แท้งไปเลย ผัสสะอะไรมากระทบ ก็สักแต่ว่าใจไม่ขยับเขยื้อน รักษาความเป็นปกติไว้ได้ พอถึงตรงนี้ เราก็สบาย เราอยากคะนองอยากชั่ว กายวาจาใจก็ไม่เผลอสติไป เปรียบใจเราแต่เดิมเป็นเหมือนน้ำกะทิ เผลอไม่ค่อยเอาสติคนไว้ ไขกะทิจะลอยตัวเป็นฝาแยกขึ้นมา น้ำจมลงไปข้างก้น

ครั้นมาปฏิบัติ เหมือนเราเอาไฟเคี่ยวจนกระทั่งน้ำกะทิกลายเป็นน้ำมันมะพร้าวไปแล้ว

จิตของครูบาอาจารย์ที่ท่านปฏิบัติจนพ้นจากความ

เป็นปุถุชน เปรียบเหมือนท่านเอาความเพียรเป็นไฟเคี่ยวแผดเผากิเลส จนกะทิกลายเป็นน้ำมันมะพร้าว คราวนี้จะตั้งทิ้งไว้ยาวนานเท่าไร ก็ไม่คืนตัวกลับไปเป็นกะทิ ยังคงเป็นน้ำมันใสอยู่อย่างนั้นตลอดกาล จากนี้เราจะทำอย่างไร จะกลั่นให้น้ำมันใส หอม บริสุทธิ์อย่างไร ก็เป็นเรื่องของเราที่จะปฏิบัติต่อ จนกระทั่งมรรคผลละเอียดขึ้นไปโดยลำดับ

ถ้าเราปฏิบัติจนกระทั่งข้ามจากปุถุชนไปสู่ความเป็นอริยบุคคลเบื้องต่ำ คือตกกระแสเป็นพระโสดาบัน เราก็พอคุ้มตัวรอดปลอดภัย พระพุทธองค์ทรงพยากรณ์ไว้ว่า สติของพระโสดาบัน ถึงยังกะพริบอยู่ไม่ต่อเนื่องกันสนิท แต่ก็มีประสิทธิภาพพอที่กิเลสตัวไหนตัวไหนมายุให้รำตำให้รั่ว หลอกให้เราหลงทำอะไรจนตกต่ำไปสู่ทุคติภูมิไม่สำเร็จ ปัญญาจะตัดทิ้งโดยอัตโนมัติ ถ้ายังไม่หมดภพชาติ ก็ไม่เกิดในภพภูมิที่ต่ำกว่ามนุษย์

ภพภูมิของมนุษย์เป็นภพภูมิที่เป็นภาชนะรองรับธรรมได้ ภพภูมิของสิ่งมีชีวิตอื่น ๆ ที่ต่ำกว่ามนุษย์ถือเป็นอาภัพสัตว์ เพราะความจำเป็นในการหาอยู่หากินบำรุงธาตุขันธ์ร่างกายอันนี้ เอาเวลาเอาความสนใจไปหมด จนไม่เหลือเวลามาสังเกตจิตใจที่เป็นของละเอียด

ไม่มีเวลาฝึกพัฒนาสติสัมปชัญญะปัญญาให้งอกงามต่อไปได้

เพราะฉะนั้น ถ้าเราสามารถฝึกจิตอบรมใจของเราจนพัฒนาไปสู่ความเป็นโสดาบันได้ก่อนหมดลมหายใจ พระพุทธเจ้าถือว่า *เราได้ใช้ชีวิตนี้คุ้มคุณค่า* ไม่ได้ปล่อยให้เวลากินชีวิตเราไปโดยเปล่าประโยชน์ อย่างน้อยเราก็สะสมเสบียงให้ตัวเองถึงจุดที่เรามีตนเป็นที่พึ่งแห่งตน หนทางต่อไปมีแต่ความแน่นอนว่า เราจะไปถึงจุดหมายปลายทางด้วยความปลอดภัย ไม่มีภยันตรายใดอีกแล้วที่จะทำให้เราใจหายใจคว่ำกังวลว่า...นี่จะออกหัวหรือออกก้อยกันแน่ เราจะต้องคอยเตรียมไว้ตกกระไดพลอยกระโจน ตั้งสติให้ดีเอาตอนคับขันหรืออย่างไร

ไม่มีสิ่งใดที่เราจะไปใจหายใจคว่ำอีก เพราะใจนี้เป็นใจที่ถึงจะ *ไม่รู้รอบ* ตามเป็นจริง แต่ก็ *รู้พอ* ที่ฐานจะแน่นหนา ไม่เป็นตลิ่งทรายอีกต่อไป

ถ้าใจเราเห็นความสำคัญชัดอย่างนี้ เราก็จะหมดสงสัยว่า ปฏิบัติ...ปฏิบัติธรรมจำเป็นจริง ๆ หรือ?

เวลาก็ล่วงเลยมาพอสมควรแล้ว ถ้าอย่างนั้นเรายุติกันเพียงแค่นี้ นะคะ



สันติวิธีเพื่อสันติสุข

จากศานติสังคม ปีที่ ๓ ฉบับที่ ๔
ฉบับ "สันติวิธีเพื่อสันติสุข"
กรกฎาคม - กันยายน ๒๕๓๐
อมรา มลิลา

ดังได้ยินมา สมัยหนึ่ง สุนัขจิ้งจอกตัวหนึ่งถูกก้างปลาตำติดคอ ได้รับความเจ็บปวดแสนสาหัส ไม่สามารถถอนก้างปลาออกได้ จึงไปหานกกระสาขอร้องให้ช่วยเอาจะงอยปากล้วงเข้าไป คีบก้างปลาออกให้ตนหน่อย นกกระสาไม่ไว้ใจ อ้างว่าเป็นเพทุบายของสุนัขจิ้งจอกจะทำร้ายตนก็ได้ สุนัขจิ้งจอกก็กราบกรานอ้อนวอนว่าตนจะทำร้ายผู้มีบุญคุณอย่างนั้นได้อย่างไร พร้อมทั้งรับรองว่า ถ้านกกระสาช่วยให้ตนหายจากความทุกข์ทรมานครั้งนี้แล้ว นกกระสาประสงค์สิ่งใดตนก็จะขวนขวายหามาให้ตามประสงค์ทุกประการ

หลังจากซักไซร้ไต่ถามจนเป็นที่แน่ใจแล้ว นกกระสาก็ยินยอม เอาจะงอยปากของตนล้วงเข้าไปในลำคอสุนัขจิ้งจอก คีบก้างปลาออกมาได้สำเร็จ ครั้นทวงถามรางวัล สุนัขจิ้งจอกกลับพาลใส่ว่า เท่าที่ตนไม่งับจะงอยปาก

นกกระสา เป็นบุญเท่าไรแล้ว ยังจะประสงค์สิ่งใดมากมายกว่านั้นไปอีก

จากนิทานเรื่องนี้ จะเห็นได้ว่า จิตใจของสิ่งมีชีวิตแปรเปลี่ยนอยู่ตลอดเวลา ยามตนเดือดร้อน ความรู้สึกขณะนั้น ยินดีสละความสุขสนุกสบาย ทรัพย์สมบัติประดามีทั้งหมด เพื่อแลกกับความเป็นอิสระจากความทุกข์ เดือดร้อน ที่กำลังรุมเร้า บีบคั้น ทรมานอยู่ ครั้นความทุกข์เดือดร้อนคลี่คลายไปแล้ว ความรักหวงแหนในของของตน ทำให้เกิดรู้สึกว่า ผู้ที่ช่วยเหลือไม่ได้เหนื่อยยาก สมกับที่ตนจะต้องเสียสละ สมนาคุณมากมายอย่างนั้น

เมื่อเป็นเช่นนี้ สันติสุขย่อมบังเกิดขึ้นไม่ได้ เพราะนกกระสาต้องขัดเคืองใจ เพ่งโทษสุนัขจิ้งจอกว่ากลับกลอก ไว้วางใจไม่ได้ เนรคุณ ต่อไป หากนกกระสาไปเจอะเจอสุนัขจิ้งจอกตัวอื่นเข้า ประสบการณ์แต่หนหลังที่ฝังใจอยู่ จะทำให้นกกระสาระแวงแคลงใจ ไม่ยอมเชื่อถ้อยคำสุนัขจิ้งจอก และอาจตัดสินใจผิด ไม่ยอมช่วยเหลือผู้เดือดร้อนก็เป็นได้

วัฏฏะของความเดือดร้อนระส่ำระสาย เบียดเบียนซึ่งกันและกัน มีความเกี่ยวเนื่อง โยงใยส่งผลสัมพันธ์กระทบกระเทือนไปกว้างไกล ทำนองเดียวกับเราขว้าง

ก้อนหินก้อนเล็ก ๆ ก้อนเดียวลงไปในสระน้ำ หินก้อนนั้นสามารถก่อระลอกอันแล้วอันเล่า ให้พลิ้วกระเพื่อมต่อเนื่องกัน ไปกระทบฝั่ง ไม่รู้จบรู้สิ้นได้

มิใช่แต่จิตใจของสัตว์เดรัจฉานเท่านั้นที่กลับกลอกไร้สัจจะ จิตใจของมนุษย์ยิ่งพลิกคว่ำพลิกหงาย เปลี่ยนแปลงได้รวดเร็วปานจักรผัน ศาสตราจารย์ท่านหนึ่งเส้นโลหิตในสมองแตก เป็นอัมพาตครึ่งซีกขวา ท่านเล่าให้ฟังว่า เมื่อเส้นโลหิตแตก ท่านหมดสติไป ครั้นรู้สึกตัวขึ้นมาครั้งแรก กระดุกกระดิกตัวไม่ได้เลย แขนขาทั้งหมดหนักเหมือนทำด้วยตะกั่ว ขยับเขยื้อนไม่ได้ ยิ่งกว่านั้น ลิ้นก็คับปาก บังคับให้เปล่งเสียงเป็นคำพูดไม่ได้

วาระนั้น จิตใจของท่านห่วง หวง กำหนดจดจ่ออยู่ตรงความมีชีวิต คิดว่าถ้าใครช่วยให้ท่านยังคงมีลมหายใจอยู่ต่อไป และสามารถพูดจา ติดต่อสื่อสารกับผู้คนรอบข้างได้ ท่านยินดี เต็มใจ ยกทรัพย์สมบัติทั้งหมดรวมทั้งตัวของท่าน ให้เป็นข้ารับใช้ไปตลอดชีวิตด้วยความจงรักภักดี กตัญญู รู้ในบุญคุณ

ครั้นวันที่สาม ที่สี่ อาการของท่านเริ่มคลี่คลายดีขึ้น แขนขาซีกซ้ายขยับเขยื้อนได้บ้าง ลิ้นเริ่มอ่อนนิ่มสามารถบังคับให้ขยับเขยื้อน เปล่งเป็นคำพูดได้ แม้จะ

ไม่ชัดนัก จิตใจของท่านก็ยินดีปรีดา พึงพอในการเปลี่ยนแปลงเหล่านี้ ขณะเดียวกัน ความโลภ หวงแหนในทรัพย์สินเงินทองก็ฟื้นตัว ชูกิ่งใบสดใสขึ้นมาในจิตใจ ทำให้พลิกเปลี่ยนความตั้งใจเป็นว่า จะสงวนเอาไว้ เพื่อเป็นเครื่องอุ่นใจ ใช้บำรุงเลี้ยงตัวเอง ให้ไม่ต้องพึ่งพาอาศัยใคร

ยามใดที่เราหวั่นไหว หวาดกลัว คุ้มครองตนเองให้แก้ไขสถานการณ์วิกฤตที่เผชิญอยู่ไม่ได้ เราจะอ่อนนิ่มถ่อมตน วิ่งหาที่พึ่ง ที่อาศัย ขณะเดียวกัน กิเลสที่เคลือบย้อมจิตใจอยู่ ก็ชักพาใจให้เจ้าเล่ห์เพทุบายเอาวัตถุสิ่งของประดามี มาดัดแปลง หมุนเป็นเครื่องต่อรองใช้ล่อผู้เกี่ยวข้อง ให้มาใส่ใจ ขวนขวาย ทุ่มเทแรงกายแรงใจช่วยเหลือเรา

สิ่งเหล่านี้ ชำแรกแทรกซึมอยู่ในเนื้อจิต ลึกซึ้งให้เกิดความระลึกรู้ได้ เจ้าตัวกระทำลงไปโดยไม่รู้เปลี่ยนแปลงกลับหน้ามือเป็นหลังมือไปอย่างไร ก่อเวรก่อร้ายก่อทุกข์ก่อโทษให้ผู้เกี่ยวข้องและให้ตนเดือดร้อนในภายหลังอย่างไรบ้าง

สามีภรรยาคู่หนึ่ง มาขอเด็กกำพร้าจากโรงพยาบาลไปเป็นบุตรบุญธรรม กว่าจะติดต่อผ่านขั้นตอนต่าง ๆ สำเร็จเสร็จสิ้น รับเด็กไปอุปการะ ก็สิ้นเวลาเป็นแรมปี

แต่ปรากฏพอรับเด็กไปได้ไม่ถึงอาทิตย์ ก็พาเด็กมาส่งคืน โดยให้เหตุผลว่า เป็นเด็กไม่ใฝ่ดี ขี้ขโมย เลี้ยงไม่ได้

ปกติ เด็กปาริสาเป็นเด็กแจ่มใส รื่นเริง วัยสองขวบครึ่งกำลังอยากรู้อยากเห็น ซึมซับรับสิ่งต่าง ๆ รอบตัว ด้วยความกระหายใฝ่รู้ ครั้นถูกพามาส่งคืน ปาริสาสลดเหมือนต้นไม้ถูกไฟลวก ไม่สบตาใคร ไม่พูดจากับใคร กว่าจะสืบสาวราวเรื่องได้ความกระจ่างออกมาจากทั้งฝ่ายโจทก์ คือพ่อแม่บุญธรรม และฝ่ายจำเลยคือ ปาริสา ก็สิ้นเวลาไปหลายวัน

เรื่องของเรื่องเป็นดังนี้ พ่อแม่บุญธรรมของปาริสาฟักลูกไก่ขาย เมื่อเด็กข้างบ้านมาเล่นกับปาริสา ก็ตื่นเต้นอยากได้ลูกไก่ไปเลี้ยงบ้าง ปาริสาถูกอบรมจากพยาบาลและหมอว่า มีอะไรต้องเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่ โอบอ้อมอารีจนติดเป็นอุปนิสัย จึงเอาลูกไก่ของพ่อแม่บุญธรรมแบ่งให้เพื่อน ๆ ไปคนละตัวสองตัว ครั้นพ่อแม่บุญธรรมกลับบ้านมา ปาริสาก็รายงานให้ทราบด้วยความภาคภูมิใจว่าตนได้แบ่งปันลูกไก่ให้เพื่อน ๆ ไป ผลปรากฏว่าพ่อแม่โกรธปาริสามาก บังคับให้ไปเอาลูกไก่มาคืนให้ครบจำนวนให้ได้ ปาริสาก็งุนงง ไม่สามารถเข้าใจเหตุผลของพ่อแม่ เฝ้าอธิบายแต่ว่า มีอะไรต้องเอื้อเฟื้อเผื่อแผ่แบ่งปันให้กัน จึงจะเป็นคนดี แล้วเหตุใดตนทำความดี

พ่อแม่จึงกราดเกรี้ยวไม่พอใจ

พ่อแม่ก็ยิ่งหงุดหงิด กราดเกรี้ยวเพิ่มขึ้น คิดว่าปาริสาอวดดี ดึงดื้อ ถือรั้น สั่งสอนไม่เคารพเชื่อฟัง จึงสั่งห้ามไม่ให้ปาริสาคบหาเล่นหัวกับเด็ก ๆ ข้างบ้านโดยเด็ดขาด ปาริสาก็เชื่อฟัง โดยหันมาเล่นกับเด็กลูกจ้างที่ดูแลเลี้ยงไก่แทน มีข้าวของสิ่งไร ก็แบ่งปันให้เด็กเหล่านั้น พ่อแม่ก็หงุดหงิดกราดเกรี้ยวอีก กล่าวหาว่า ปาริสาบังอาจถือสิทธิ์มาเอาข้าวของไปให้ลูกจ้างขืนเลี้ยงไว้คงล้างผลาญจนตนหมดเนื้อหมดตัว จึงนำปาริสามายกคืนให้โรงพยาบาล

ในความคิดของสามีภรรยาคู่นั้น รู้เพียงว่า เมื่อเด็กประพฤติตัวไม่เป็นที่สนใจ ก็เอามาส่งคืน เหมือนเราเลือกสิ่งของเครื่องใช้ ไปลองใช้แล้ว ไม่เข้าท่าไม่ถูกกิเลสของตน ก็นำมาคืน หรือแลกเป็นสินค้าชนิดอื่นเป็นอันจบเรื่องไป คนคู่นี้ไม่เคยรู้จักกับ "น้ำใจ"

แต่เด็กไม่ใช่สินค้า ปาริสามีชีวิตจิตใจ มีความโทมนัสอับอาย เศร้าโศกเสียใจ พยาบาลและหมอต้องปลอบโยน ให้กำลังใจอยู่นาน กว่าจะแจ่มใสเบิกบานเชื่อมั่นในตนเอง เปิดใจรับโลก รับผู้คนแปลกหน้าด้วยความเป็นมิตร กระหายใคร่รู้ ใคร่สัมผัส เช่นเดิม

จิตใจที่ไม่เปิดรับสิ่งแปลกใหม่ เพื่อปรับปรุงตัวเอง

เป็นพิษเป็นภัยกับผู้เกี่ยวข้องอย่างนี้เอง ถ้าพ่อแม่บุญธรรมของปาริสาไม่ด่วนตัดสินความประพฤติของปาริสาตามมาตรวัดของตน มาปรึกษาหารือเจ้าหน้าที่โรงพยาบาล ศึกษาหาเหตุผลว่า เหตุไรเด็กจึงมีความคิดอ่าน ประพฤติเช่นนั้น ๆ เรื่องน่าเศร้าเรื่องนี้ก็ไม่อุบัติขึ้น

ในชีวิตประจำวันของมนุษย์เรา เราก่อความทุกข์เดือดร้อน เบียดเบียนคนใกล้ชิด ผู้เป็นที่รักใคร่ห่วงใยของเรากันทำนองนี้ ทำแล้วก็ไม่สำนึก ระลึกรู้ว่า ตนได้กระทำสิ่งใดลงไปบ้าง

ปากพร่ำว่า รักลูก เสียสละความสุขสนุกสบายส่วนตัวทุกอย่าง เพื่อความสุขของลูก แต่ถ้าลูกขัดใจไม่เป็นตุ๊กตาให้เราจับวางตามอำเภอใจ เราก็ยื่นคำขาดให้ลูกเลือกว่า จะดึงดื้อเอาตามอำเภอใจ ให้เราตัดขาดจากความเป็นพ่อแม่ลูกกัน ไม่ต้องหวังมรดกใด ๆ จากเรา หรือจะกลับตัวกลับใจ เชื่อฟัง ประพฤติตามความเห็นชอบของเรา

กับคนใกล้ตัว เราใช้กำลังเงียบรุกรานอยู่ตลอดเวลาทำนองนี้ แล้วก็ไม่ระลึกรู้ว่า สิ่งที่ตนทำอยู่นั้น ตรงกันข้ามกับสันติวิธี ไม่มีการให้เกียรติ ย่ำยีสิทธิมนุษยชนและปิดหู ปิดใจ ไม่รับฟังเหตุผลของผู้ใดใครอื่นทั้งสิ้น

เพราะจะดึงดันเอาตามอำเภอใจของตนฝ่ายเดียว

เหตุใดจึงเป็นเช่นนั้น?

เพราะเราขาดความรู้ ความเข้าใจในคุณค่าความมหัศจรรย์ของ "น้ำใจ" เรา "รัก" ไม่เป็น

เราคิดเอาด้วยสังขารจิต ด้วยความผ่องใสอย่างยิ่งของอวิชชาว่า เรารัก แต่แท้ที่จริงเรากำลังบีบบังคับหล่อหลอม สิ่งที่ถูกเรารัก ให้เป็นไปดังความอยากความพอใจของเรา

ถ้ารักเป็น เราจะเยือกเย็นด้วยเมตตา ชุ่มฉ่ำด้วยน้ำใจ เข้าใจในเหตุผลที่ผู้อื่นขัดแย้ง ไม่คล้อยตามความปรารถนาของเรา ใจกว้างพอที่จะสงบใจของตนให้โอกาสเขาได้ลองทำสิ่งซึ่งเขาปรารถนา โดยไม่ขึ้งเคียดเดียดฉันท์ คอยเฝ้าดู หากพลาดพลั้งก็คอยเป็นกำลังใจ ชี้แนะให้เห็นทางที่ถูกที่ควร ไม่ทับถมซ้ำเติม ไม่ปรารถนาสิ่งใดเป็นเครื่องตอบแทนการให้รัก ให้น้ำใจของเรา การกระทำดังกล่าวนี้ จึงเป็นวิถีไปสู่สันติวิธี และสันติสุขอันแท้จริง

ปกติ คนเรารักสิ่งใด จิตไร้สำนึกก็แผ่รกรากเข้าไปครอบครองสิ่งนั้นมาเป็นอาณาจักรของตน ความรักจึงเป็นการใช้กำลังเข้ายื้อแย่ง ช่วงชิงผลประโยชน์ของกันและกัน รักแล้วจึงมีแนวร่วม มีข้อเสนอ ข้อต่อรอง

เกิดความไม่สงบร่มเย็นติดตามมา

ฉะนั้น ไม่ว่าเราจะติดต่อทำกิจการกับผู้ใด ก็ขาดน้ำใจ ไร้ความจริงใจ ความเที่ยงธรรม จ้องคอยแต่จะเอารัดเอาเปรียบ คิดแต่จะได้ถ่ายเดียว

ตราบเท่าที่เรายังไม่ทำความรู้จักกับใจของตัวเองให้เท่าทัน ลั่นวาจาคำไหนออกไปแล้ว ต้องมีสัจจะรักษาวาจานั้นไว้ด้วยชีวิต เราก็จะถูกใจของตัวกลับกลอกตลบแตลงมา จนเราคุ้มตัวเองไม่ได้ จิตใจห่างไกลจากสันติสุขไปเพียงนั้น ทั้งนี้ทั้งนั้นเพราะเรารู้ไม่เท่าทันอาการกระเพื่อมแห่งใจของตนว่า จิตสำนึกคือปากว่าอย่าง แต่จิตไร้สำนึก หรือใจพาให้ทำอีกอย่าง ตามสัญชาตญาณของความทะยานอยาก โลภ เห็นแต่ประโยชน์ตนเป็นที่ตั้ง

เมื่อสัญชาตญาณเป็นตัวตัดสินการกระทำ คำพูดความคิดแล้ว สิ่งที่แสดงออกก็ขาดน้ำใจ เห็นแก่ตัวดุร้ายอย่างเลือดเย็น ไม่ใส่ใจความรู้สึกทุกข์ร้อนของผู้อื่น ไร้ความสำนึก ระลึกรู้ใด ๆ ทั้งสิ้น ดังเช่นเด็กเล็ก ๆ จับตั๊กแตนมาได้ ก็หมุนดูด้วยความรักใคร่พึงพอใจโดยไม่เข้าใจว่า ตั๊กแตนมีชีวิต รู้สึกสัมผัส เจ็บปวดได้เช่นตน คิดเพียงว่า ตั๊กแตนเป็นของเล่นชิ้นใหม่ เมื่อเล่นจนเบื่อแล้ว ก็ลองเด็ดปีกตั๊กแตนออก เพราะอยากรู้

อยากเห็นว่า ลำตัวที่ซ่อนอยู่ใต้ปีกเป็นอย่างไร พิศดูจนพอใจแล้ว ก็จับปีกที่เด็ดออกมา เสียบเข้าไปใหม่ เพราะคิดว่าตั๊กแตนคือหุ่นยนต์ของเล่น ที่เล่นได้เช่นนั้น

ถ้าเราเติบโตมาโดยขาดการสังเกตสิ่งแวดล้อมรอบตัว ไม่รู้จักเกรงอกเกรงใจผู้อื่น สิ่งอื่น นึกถึงแต่ความชอบใจ พอใจของตนเป็นที่ตั้ง เราก็จะรู้จักแต่การตามใจตัวเอง แห้งแล้งน้ำใจที่จะระลึกรู้เอาใจผู้อื่นมาใส่ใจเรา ให้ประพฤติปฏิบัติต่อกันด้วยสันติไมตรี มีมิตรจิตมิตรใจต่อกัน เราก็จะเป็นเช่นสุนัขจิ้งจอกที่ปฏิบัติต่อนกกระสา ไม่ได้เจตนาจะเจ้าเล่ห์เพทุบาย หรือเป็นพาล แต่สัญชาตญาณของสิ่งมีชีวิตเป็นเช่นนั้นเอง ไร้น้ำใจ กอบโกยผลประโยชน์ใส่ตน

ถ้าแต่ละคนไม่ตระหนักชัดในจุดนี้ ฝึกฝนตนเองให้บริบูรณ์ด้วยน้ำใจ เห็นใจ เข้าใจในเหตุผล ความปรารถนาของผู้ที่เราไปเกี่ยวข้องด้วย สิ่งใดที่อ้างกันว่าเป็นสันติวิธี ก็จะกลายเป็นเครื่องมือต่อรองเพื่อผลประโยชน์ตนทั้งสิ้น

สันติสุขจึงเป็นเพียงความฝันอันสูงเอื้อม ที่มนุษย์ปุถุชน คนหนาด้วยความรักตนหลงตัว จะพึงไขว่คว้ารักษาไว้เป็นสมบัติจรรโลงสังคมและโลกได้ 

มอง "เห็น" อะไร

จากศานติสังคมปีที่ ๔ ฉบับที่ ๔
ฉบับ "มองเมืองนอก"
เมษายน - มิถุนายน ๒๕๓๒
อมรา มลิลา

ที่เพิงพักอาศัยเล็ก ๆ ในชนบท แม่กำลังหุงหาอาหารเย็นสำหรับครอบครัว ห่างไปในลานดินลูก ๆ กำลังลำเลียงน้ำที่โยกจากบ่อสาธารณะมาใส่โอ่งเก็บไว้ใช้ ถ้อยทีถ้อยช่วยกันอยู่พักใหญ่ก็เกิดสงครามทะเลาะวิวาทขึ้น เพราะน้องสาวคนเล็กที่นอกจากจะช่วยไม่ได้เรื่องแล้ว ยังซุกซนด้วยการแกล้งทำให้พี่ ๆ สะดุดล้มจนปีบใส่น้ำคว่ำหก พวกพี่ ๆ ลุกขึ้นได้ก็ไล่ตีพร้อมส่งเสียงปรามไม่ให้ทำเช่นนั้นอีก แทนที่น้องจะยำเกรงหรือสำนึกว่าตัวผิด กลับแผดเสียงร้องพร้อมกับทุบตีหยิกข่วนพี่เป็นพัลวัน เสียงที่ร้องดังพอจะทำให้แม่ทิ้งงานวิ่งมาชำระความ แต่แทนที่จะดุผู้ผิดกลับตีพวกพี่ๆ ทั้งหมด พร้อมทั้งสำทับไม่ให้รังแกน้อง มิไยลูกโต ๆ จะอธิบายเรื่องราวที่เกิดขึ้น แม่ก็ไม่ฟัง ย้ำแต่ว่า "น้องยัง

เล็กอยู่ จะให้มันรู้ความได้ยังไง เราเป็นพี่ ๆ ไม่รู้จักระวังรักษาตัว รักษาของ ใช้ได้ที่ไหน"

เหตุการณ์เช่นนี้เกิดซ้ำแล้วซ้ำเล่า จนเป็นความชาชิน หยั่งรกรากเป็นแผลเรื้อรังในจิตใจของพี่ ๆ ว่า "ทำไมเราถึงไม่เกิดมาเป็นน้องคนเล็ก ทำไมความผิดทุกอย่างจึงกลายมาเป็นแต่ของเรา ทำไม...ทำไม...ทำไม!!!"

ในบ้านทันสมัยชานกรุง เด็กรับใช้ ๒ - ๓ คนแอบนินทานายผู้หญิงด้วยความคั่งแค้นใจ เพราะเธอเอาสุนัขพันธุ์ปักกิ่งเลี้ยงไว้บนบ้าน เวลารับประทานอาหารสุนัขบรรดาศักดิ์ตัวนี้ก็จะกระโดดขึ้นไปหมอบอยู่บนโต๊ะกินข้าวด้วย พร้อมกับมีจานใบน้อยวางอยู่ข้างหน้าแสดงสิทธิ์ในการกินอาหารทุกอย่างที่นายผู้หญิงกิน เมื่อเหลือแล้วจึงเป็นสิทธิของเด็กรับใช้ ยามถ่าย เจ้าหมาน้อยนึกจะถ่ายหนัก ถ่ายเบาที่ใดก็ไม่เลือกที่ และเป็นหน้าที่ของเด็กรับใช้ ยามเช็ดถูทำความสะอาด เมื่อพวกเธอบ่นกัน นายผู้หญิงก็จะตำหนิว่า "อะไร้ อิจฉากระทั่งหมาตัวน้อย ๆ มันไม่รู้อย่างคนนี่จ๊ะจะได้ถ่ายในส้วมได้"

เด็ก ๆ สรุปกันด้วยความฉงนฉงายว่า "ถ้าเป็นอย่างนี้ เราเกิดเป็นหมากันดีกว่า!"

ในสำนักปฏิบัติธรรมแห่งหนึ่ง ธรรมชาติร่มรื่นเหมาะแก่การปฏิบัติภาวนา แต่กลุ่มสุภาพสตรีผู้ไปพำนักเพื่อ "ปฏิบัติภาวนา" กลับรุ่มร้อนด้วยความปรุงคิดในจิตใจ เพราะพวกเธอหงุดหงิดคุณแม่ชีว่า ไม่วางตัวให้เหมาะสมกับความเป็นผู้ทรงศีล เอนเอียงไปด้วยความชอบพอคุ้นเคยกับบางกลุ่มบางพวก แต่หมางเมินจับผิดกับอีกบางกลุ่มบางพวก จนเกิดเป็นความเข้าใจผิดร้าวฉานไปในหมู่ผู้ปฏิบัติ ไม่แตกต่างจากผู้ยังวุ่นวายอยู่ในโลก

เมื่อเกิดความเข้าใจผิด ประคารมกัน เพื่อชี้แจงอธิบายความเป็นจริง ต่างฝ่ายต่างก็มองออกนอก เพ่งพินิจ "เห็น" แต่ความผิดของฝ่ายตรงกันข้าม เพียรพยายามเพื่อแก้ไขอีกฝ่าย ครั้นไม่เป็นไปดังประสงค์ก็สรุปอย่างอัดอั้นตันใจว่า "ไหนใครว่าธรรมย่อมชนะอธรรม ฉันอุตส่าห์อภัย อ่อนน้อมถ่อมตนเข้าไปหาท่านแล้ว ท่านก็ไม่เปลี่ยนท่าที พอ...พอกันที แต่นี้ฉันจะไม่ยุ่งเกี่ยว ไม่ต้องดูดำดูดีกันอีกแล้ว เลิกทำคุณงามความดีได้แล้ว ทำไปก็เหมือนตักน้ำรดหัวตอ เสียดายน้ำ เสียดาย

ความดีที่อุตส่าห์ลงแรงทำไป แล้วไม่มีอะไรงอกขึ้นมาให้ชื่นใจเลย!”

จากตัวอย่างที่ยกมาเป็นอุทธาหรณ์ จะเห็นได้ว่า ไม่ว่าจะเป็นคนไร้การศึกษา คนมีการศึกษา คนยากจน หรือคนมั่งมี แม้คนที่เข้าใจว่าตัวเองเป็นนักปฏิบัติภาวนาแล้วก็ตาม จิตใจก็ไม่มีอะไรที่แตกต่างจากกัน ยังเป็น “ผู้หลง” อยู่เหมือน ๆ กัน “มอง” เหตุการณ์ที่เกิดขึ้นว่าตัวเอง “เห็น” แล้ว “รู้” แล้ว เข้าใจเรื่องราวที่เกิดขึ้นทะลุปรุโปร่งแล้ว และได้แก้ไขอย่างดีมีประสิทธิภาพแล้ว แต่เหตุไฉนผลลัพธ์จึงไม่เป็นไปดังใจปรารถนา

เหตุที่ผลลัพธ์ไม่เป็นไปดังใจปรารถนาก็เพราะเราไม่รู้ว่า การ “แก้” ปัญหาของเรานั้น แท้ที่จริงคือ *การก่อปัญหาใหม่ซ้ำซ้อนลงไปบนปัญหาเก่า* แม่รายแรกบกพร่องต่อหน้าที่ ไม่ได้วางระเบียบวินัยสำหรับความสงบสุขของสมาชิกในครอบครัว ไปเข้าใจผิด คิดเอาว่าน้องยังเล็กอยู่ จึงไม่รู้ความ ถ้าโตแล้ว จะรู้ความเปลี่ยนพฤติกรรมไปเอง

ความเป็นจริงนั้น นิสัยเกิดจากประสบการณ์ที่เกิดซ้ำแล้วซ้ำอีก จนกลายเป็นความเคยชิน เป็นอัตโนมัติ ถ้าเราไม่ฝึกฝน ขีดเส้นกรอบที่เที่ยงตรงไว้แต่แรกแล้ว

ก็ยากที่จะฝึกฝนแก้ความมักง่าย ปล่อยตัวไปตามอำเภอใจ ตามกิเลสในใจของตนได้ ผลจากการกระทำไปตามการไม่รู้เท่าทันความจริงทำให้ลูก ๆ ไม่รักใคร่กลมเกลียวกัน พี่ ๆ ผูกใจเจ็บแค้นน้อง เกิดความรู้สึกต่อต้านแม่และรวมไปถึงผู้ใหญ่อื่น ๆ ด้วย เพราะทึกทักเอาว่าเป็นฝ่ายเดียวกับแม่ คอยจ้องข่มเหงทำร้ายเรา

หากแม่ชี้แจงให้ลูกคนเล็ก “เห็น” ว่า การแกล้งผู้อื่นเป็นนิสัยไม่ดี หากทำต่อไป ตัวเองนั่นแหละจะเดือดร้อนเพราะถูกผู้คนเกลียดชังรังเกียจ แทนการคอยแกล้งพี่ ๆ เราควรช่วยพี่ ๆ เพื่อหัดให้ตัวเราทำงานเป็นทำตัวให้เป็นประโยชน์ ทำให้งานการลุล่วงรวดเร็วขึ้นพี่น้องก็กลมเกลียวรักใคร่กัน พ่อแม่จะได้ชื่นใจ สบายใจลูกคนเล็กก็มีโอกาสแก้ไขตัวเองให้ดีขึ้น พี่ ๆ ก็ไม่รู้สึกน้อยใจแหนงใจ

ปรามน้องเรียบร้อยแล้ว ก็ให้ความรู้ลูกโต ๆ เพิ่มเติมว่า การอยู่ในโลกอย่างปลอดภัย เราต้องฝึกฝนตัวเองให้มีความระมัดระวัง ขณะทำการงานอยู่ ก็ต้องสังเกตสิ่งต่าง ๆ รอบตัวไปด้วย หาบน้ำไป เท้าเหยียบลงไปตรงไหนต้องดูให้ถี่ถ้วน เคราะห์หามยามร้ายอาจเหยียบไปบนตอ เศษแก้ว หรือเปลือกกล้วย เกิดอันตราย

ต่อตัวเองได้ การที่มีน้องซุกซน คอยแกล้งอย่างนี้ ถ้าจะมองให้เห็นประโยชน์ก็ได้ เพราะสอนให้เรารอบคอบระมัดระวังตัวเพิ่มขึ้น จัดเป็นการปลูกวิธีคิดสร้างสรรค์เกิดสติสัมปชัญญะปัญญา แทนการคิดทำร้ายตนเองให้ขาดทุนสูญกำไร

ถ้าแม่วิเคราะห์สิ่งที่เกิดขึ้นอย่างนี้ ปัจจุบันเหตุที่เกิด แม้จะเป็นสิ่งไม่ดีงาม แต่สติปัญญาก็หมุนให้เกิดประโยชน์ขึ้นได้ ผลที่เกิดตามมากลายเป็นการเรียนรู้เท่าทันชีวิตและโลก สามารถรักษาจิตใจของตนให้คงความเป็นปกติ ไม่กระเพื่อมไปโกรธแค้น ผูกเวร น้อยเนื้อต่ำใจใคร ๆ ความเป็นปกติสุขในสังคมก็บังเกิดขึ้น

กรณีที่สอง ถ้านายผู้หญิงฝึกตัวเองให้ถามหาเหตุผลในทุกการกระทำคำพูดของตน เธอก็จะถามตัวเองว่าสมควรแค่ไหน เพียงใด ที่เธอจะเอาสุนัขมากักขังเลี้ยงอย่าง "คน" เพราะสุนัขก็มีธรรมชาติความเป็นอยู่รับผิดชอบ แตกต่างจากคน หรือเธอมีความสามารถฝึกให้มันเปลี่ยนธรรมชาติมามีความรับผิดชอบ เป็นอยู่อย่างคนได้ ไม่สร้างความเดือดร้อน ไม่เป็นธรรมแก่ผู้อื่นที่ต้องอยู่ร่วมด้วย หากไม่ได้ เธอจะสามารถปรับปรุงบ้านให้อนุโลมตามธรรมชาติของสุนัข โดยไม่ทำ

ความเลอะเทอะเปรอะเปื้อนให้เป็นภาระทารุณจิตใจของพวกเด็กรับใช้ได้หรือไม่

ปัญหาเหล่านี้เป็นสิ่งสมควรทำความเข้าใจให้ถ่องแท้ก่อนตกลงใจกระทำกิจนั้น ๆ ลงไป เพราะมิฉะนั้น เมื่อกระทำลงไปแล้ว ก็จะมีแต่ปัญหาสะสมเพิ่มขึ้น ทำให้เกิดความเดือดร้อน ร้าวฉานกันไปทั่วถ้วนหน้า เพราะขาดความรู้การควรการไม่ควรในการครองชีวิต และขาดความเข้าใจในจิตใจของบุคคลที่เกี่ยวข้องด้วย ทำให้เกิดความไม่เป็นธรรมขึ้น

กรณีสุดท้าย ดังได้กล่าวแล้ว เราทุกคนล้วนเป็นผู้หลง เพราะมาแต่อวิชชา อุปาทาน แม้จะเริ่ม "รู้" ขวนขวายช่วยตัวเอง ด้วยการปลีกเวลามาฝึกปฏิบัติเพื่อทำความรู้จักจิตใจของตนแล้วก็ตาม ก็อดหลงทิศทางเผลอส่งใจออกนอก ไปมองผู้อื่น คิดแก้ไข ป้องปกเปลี่ยนแปลงโลก รวมทั้งผู้คนอื่น ๆ แทนที่จะกระชับหมุนกลับเข้ามาเพ่งดูที่ใจของตนว่า ที่อุตส่าห์ลงแรงทำความดีไปนั้น ทำเพราะเชื่อในหลักธรรมคำสอนของพระพุทธองค์ ทำเพื่อเป็นแบบฝึกหัดทดสอบกำลังใจของตัวเอง หรือทำแล้วยังเผลอตามความยึดผิด เห็นผิดคาดคอยหวังรางวัลจากผู้อื่น หวังจะให้เขาเป็นไปตามความปรารถนาของเรากันแน่

พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า สิ่งทั้งปวงมาแต่เหตุ

ใจของเราที่กวัดแกว่งรุ่มร้อนไปตามกิริยาวาจาของคุณแม่ชี ก็เพราะ "เหตุ" ที่มีอยู่ ฝังเป็นรากเหง้าลึกซ่อนเร้นอยู่ในใจของเรา หากปราศจากเหตุเสียแล้วท่านจะสนิทสนมกับใคร หมางเมินกับใคร เราก็ไม่ใส่ใจไม่ไหวหวั่นเดือดร้อน

หน้าที่ของเราคือ *ค้นหาเหตุให้พบ* จะได้ขุดรากถอนโคนให้สิ้นซาก

เหตุการณ์ต่าง ๆ ที่เกิดขึ้นหาใช่ตัวกำหนดผล "เหตุ" ในใจของบุคคลแต่ละคนที่ประสบเหตุการณ์ต่างหากคือตัวจำแนกแจกบุคคลให้เป็นไปต่าง ๆ ดังพี่น้องคู่หนึ่งเกิดในตระกูลที่ยากจนในเวลาห่างกันหัวปี ท้ายปี จึงร่วมทุกข์ร่วมสุขมาด้วยกันอย่างใกล้ชิดประหนึ่งเป็นฝาแฝด ครั้นโตเป็นหนุ่มฉกรรจ์ โชคบันดาลให้พี่น้องคู่นี้ร่ำรวยมีหลักฐานตั้งเนื้อตั้งตัวได้ พี่ชายย้อนนึกถึงความขาดแคลนเข็ญใจแต่เยาว์วัยแล้ว เกิดความเมตตาต่อผู้ยากไร้ทั้งหลาย บริจาคทรัพย์สินเงินทองช่วยการกุศลเนือง ๆ ตามกำลังความสามารถ แต่น้องชายกลับนึกถึงด้วยความหวาดผวา กลัวจะต้องกลับไปประสบความอัตคัดขาดแคลนเช่นนั้นอีก จึงกระเหม็ดกระแหม่ มัธยัสถ์

ตระหนี่หวงแหนทุกสิ่งทุกอย่าง เพื่อสะสมเอาไว้เป็นหลักประกันว่า ตนจะไม่กลับไปยากจนข้นแค้นเช่นนั้นอีก

หากไม่ใช่เหตุที่เป็นรากเหง้า ฝังเป็น "ทิฐิ" อยู่ในจิตใจของพี่น้องคู่นี้แล้ว อะไรเล่าจะมาทำให้เกิดพฤติกรรมที่แตกต่างกันราวหน้ามือกับหลังมือเช่นนี้ได้

เห็นเช่นนี้แล้ว เวลาประสบเหตุการณ์ที่ไม่คาดคิดหรือไม่พอใจ อย่าเพิ่งปล่อยใจให้กวัดไกวไปตามอารมณ์ที่เป็น "เหตุ" ยุให้รำตำให้รั่วอยู่ภายในจิตใจของเรา เพราะถ้าเผลอสติ ปล่อยให้อารมณ์เหล่านั้นบริหารใจของเราแล้ว เราก็จะเอากาย เอาวาจาไปเป็นข้าทาสก่อเหตุเดือดร้อนขึ้นทับถมตัวเองไม่มีที่สิ้นสุด อารมณ์จะพัดใจให้เตลิดมองออกนอก เที่ยวไล่ตะครุบเงา เพ่งโทษผู้อื่นอยู่ร่ำไป แล้วก็เข้าใจผิดว่า ทำดีได้ชั่ว

การทำดี คือการฝึกอบรมตัวของตัวเอง ฝึกซ้ำฝึกซากให้เกิดความเคยชินเป็นอุปนิสัย แม้เข้าที่วิกฤตถูกบีบคั้นย้ายวนแค่ไหนเพียงใด ใจที่ถูกฝึกจนได้อุปนิสัยที่ดีนี้เป็นสมบัติแล้ว ก็จะไม่พลิกเปลี่ยนไปทำชั่วอีก เพราะ "เห็น" แล้วว่า หากเผลอไปทำชั่วเข้าอีก เมื่อผลชั่วนั้นผลิดอกออกช่อมา ก็ไม่ใช่ใครที่ไหนที่จะรับเคราะห์

เรานั่นเองคือทายาทโดยชอบธรรม ผู้มีสิทธิ์เด็ดขาดที่จะรับดอกผลเหล่านั้นแต่ผู้เดียว ถึงจะหลบเลี่ยงอย่างไรๆ ก็หนีไม่พ้น

เมื่อเห็นประจักษ์แก่ใจเช่นนี้แล้ว ที่จะเผลอ จะเกี่ยงงอนว่า เสียดายความดีที่อุตส่าห์ลงแรงทำ แล้วไม่มีอะไรงอกขึ้นมาให้ชื่นใจ ก็จะหมดไป เพราะใจที่เห็นทิศทางถูกต้อง จะเพ่งสติดูแต่ที่ใจของตนเอง มองเข้าใน เห็นความตั้งมั่นของตนเอง ความอิสระไม่หวั่นไหวว่า ใครจะดีหรือไม่ดี เพราะเราได้ทำหน้าที่ของเราเรียบร้อยครบถ้วน ได้ทำสิ่งที่ควรกระทำเรียบร้อยแล้ว ไม่ว่าผลจะออกมาเป็นเช่นไร ใครจะวิพากษ์วิจารณ์อย่างไร เราก็เห็น ก็รู้ตัวของเราดีอยู่ ใจที่ไม่ลังเลสงสัยหวั่นกังวลคือใจที่เป็นไท

ใจเช่นนี้มีประสิทธิภาพและกำลังสูงสุด เพราะเป็นใจที่จดจ่อผูกพันอยู่กับสิ่งเฉพาะหน้าแน่วนิ่งเป็นอันหนึ่งอันเดียว ไม่กวัดไกวซัดส่าย ไม่อ่อนล้า หรือปลิวตามพายุรอบด้านไป เป็นใจของปัจจุบันขณะที่รู้ชัดในคุณค่าสาระของเวลาขณะบัดเดี๋ยวนั้น จึงสามารถสะสมคุณความดีเป็นเสบียงไว้เลี้ยงตัวได้ รู้ทิศทางเที่ยงตรงหมุนสติเพ่งมองเห็นเท่าทันความปรุงคิดแห่งใจของตน จึงสามารถ

แก้ไขปัญหาต่าง ๆ ในชีวิตให้คลี่คลายไปได้ด้วยดี ประคับประคองหล่อเลี้ยงใจให้เที่ยงตรงอยู่บนมรรค เส้นทางที่ทอดตรงดิ่งไปสู่ความสิ้นทุกข์ สิ้นปัญหา

ใจอย่างนี้ ไม่ว่าจะมองอะไร ย่อมเห็นชัดถึงเหตุรากเหง้าที่เป็นตัวแปรของใจ ให้เกิดพฤติกรรมจำแนกแจกสัตว์บุคคลให้เป็นไปต่าง ๆ จึงสามารถแก้ไขเหตุการณ์ปัญหาความคับข้องเดือดร้อนทั้งของตนเอง และของผู้อื่นได้อย่างเหมาะควรแก่กาลเทศะ บุคคลผู้เกี่ยวข้องในแต่ละกรณี ๆ ให้สำเร็จลุล่วงไป





พิมพ์ที่ หอรัตนชัยการพิมพ์ ๓๓/๒๘ ซอยวิทยาลัยครูเพชรบุรี กรุงเทพฯ ๑๐๔๐๐ โทร.๒๑๕๙๖๘๑-๒